

Утверждаю:

Директор МКОК ООШ д. Цепели

Орловского р-на Кировской обл.

_____ С.Н. Червоткин

Меню на 10 Октября 2024 года

№ Тех. карты	Наименования блюд	Выход в гр.		(ККАЛ)	
		Млад.гр	Стар.гр	Млад.гр	Стар.гр
	Завтрак				
6\4	Каша овсяная	150	200	164,2	219
1/13	Бутерброд с маслом сл	40/5	50/5	135,5	165,5
14/10	Какао с молоком	150	200	101,2	135
	И ТОГО:	345	455	400,9	519,5
	Второй завтрак				
	Сок яблочный	150	150	70,4	70,4
	И ТОГО:	150	150	70,4	70,4
	Обед				
27/1	Салат из отв. картофеля и кукурузы с р. м.	30	60	36	72
30/2	Уха рыбацкая	150	200	87	65,2
20/8	Тефтели с мясом	60	80	122,2	163
43/3	Рожки отварные	110	130	137,8	162,9
	Соус красный	20	20	14	14
6/10	Компот из с/фруктов	100	150	36	54
	Хлеб ржаной	30	37	66,6	83,3
	И ТОГО:	500	677	499,6	614,4
	Полдник				
29/1	Винегрет	100	120	131,6	157,9
	Хлеб пшеничный	30	30	72	72
10/10	Чай	150	200	26,2	35
	И ТОГО:	280	350	229,8	264,9
				1200,7	1469,2

Медсестра: _____/Рыбкина Е.Г./

Повар: _____/Молодцова В.И./