

12 мая 2021 г.

Меню МКОУ Песчановская СПШ

Завтрак	Наименование ингредиентов в граммах											
Наименование блюда	Курица тушка	Масло растительное	Лук репчатый	Морковь	Томатное пюре	Крупа рисовая	Хлеб пшеничный	Кукуруза консерв.	Чай	Сахар	Вафли	Лимон
Плов с мясом кур 1/220	90.2	11.6	13.2	14.6	7.3	51.4						
Кукуруза консервированная 1/30								31				
Вафли 1/30										30		
Хлеб пшеничный 1/30							30					
Чай с сахаром и лимоном 1/200									1	15		7

ОБЕД	Наименование ингредиентов в граммах														
Наименование блюда	Овощи сезонные	Филе куриное	Картофель	Морковь	Лук репчатый	Сметана	Изюм	Капуста	Хлеб пшен.	Хлеб пеклев	Томатная паста	Масло растительное	Лимонная кислота	Сахар	Соль
Нарезка овощей (по сезону) 1/60	66														
Щи со сметаной 1/250/10			40	13	13	10		75			5	5	0.12	3	
Жаркое по-домашнему 1/150/30		70.8	144		16.8		25				2.8	5.8		20	1.0
Компот из изюма 1/200															
Хлеб пеклеваный 1/20									20						
Хлеб пшеничный 1/30										30					



Врио директора школы И.В. Водянский