### МАОУ «Ульяновская СОШ»

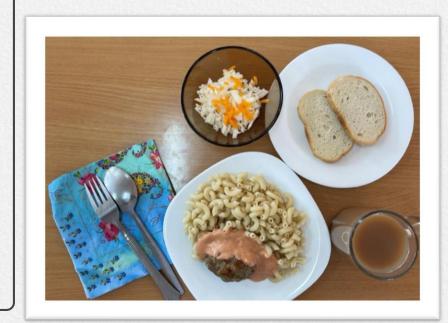
Презентация о приготовлении поварами школьной СТОЛОВОЙ горячего завтрака



## Школьный завтрак

• Школьные завтраки - это не только важная составляющая дневного рациона ребенка, но и основа его физического и часть интеллектуального развития.





# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ - ЗАЛОГ ХОРОШЕЙ УСПЕВАЕМОСТИ!

Рано утром на рассвете,
Когда спят еще все дети,
Повара наши спешат,
Приготовить всё хотят.
Чтобы вкусные котлеты и полезный вкусный чай.
Уплетали наши дети.



## САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ

 Вот лежит кочан капусты, Просто так - совсем невкусный. Тогда мелко его крошим, Добавляем соли ложку.

Ложку небольшую -Чайную такую. Трём на тёрочке морковку, Перемешиваем ловко.





#### МАКАРОНЫ

 В кипящую воду всыпают подготовленные макароны и варят, периодически помешивая, затем добавляют соль, продолжают варку до готовности.
 Горячие макароны готовы!





• «Только живая свежая пища может сделать человека способным воспринимать и понимать истину». Пифагор.



#### ООО «БалтСервис» Меню

на «21» сентября 2023 г. Завтрак 1-4 класс включительно

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность
1			
2			
4			

	U	оед	
№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность
1	Винигрет овощной	60	66
2	Суп овощной с зеленым горошком на бульоне	200	117
3	Бефстроган из куриного феле	90	194
4	Рис отварной с маслом	150	218
5	Компот из ягод	200	69
6	Пшеничный	20	48
7	Ржано-пшеничный	20	48
V	Ітого:	740	761

Завтрак 5-11 класс включительно				
№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность	
1	Макароны отварные с маслом	180	303	
2	Чай заварной с молоком	180	79	
3	Пшеничный	20	48	
4	Салат из свежей капусты с морковью	100	70	
5	Котлета Домашняя запеченая с соусом сметанно-томатным	90	252	
Ітого:		570	752	

Обед				
№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность	
1	Винигрет овощной	100	110	
2	Суп овощной с зеленым горошком на бульоне	250	147	
3	Бефстроган из куриного феле	100	216	
4	Рис отварной с маслом	180	262	
5	Компот из ягод	180	62	
6	Пшеничный	30	48	
7	Ржано-пшеничный	20	48	
Ітого:		850	893	

Заведующия производством Сая Соловьева Е.

# Приятного аппетита!

