

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			

Итого:

Обед

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

Итого: 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 запеченная с соусом сметанно-томатным	90	252

Итого: 570 752

Обед

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

Итого: 850 893

Заведующая производством *Сидорова* Соловьева Е.Н.

Приятного аппетита!

