Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ с. Волчанка

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.А. Альховская

Меню

05.05.2022г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****рецепта** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Энерг.ценность (ккал)** |
|  | **Завтрак** |  |  |
| 16 | Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая Овсяные хлопья «Геркулес» | 200 | 216,4 |
| 17 | Чай сладкий с лимоном | 180 | 50,4 |
| 15 | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
| 47 | Сыр | 10 | 36,0 |
|  | **Всего, ккал за завтрак** |  | **420,66** |
|  | **Второй завтрак** |  |  |
| **11** | Фрукты | 100 | **44,0** |
|  | **Всего, ккал за второй завтрак** |  | **44,0** |
|  | **Обед** |  |  |
| 18 | Винегрет с растительным маслом | 60 | 54,9 |
| 19 | Рассольник домашний со сметаной | 250 | 118,4 |
| 20 | Котлета мясная | 70 | 87,5 |
| 21 | Картофельное пюре | 180 | 123,9 |
| 9 | Компот из сухофруктов | 180 | 96,7 |
| 15 | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
|  | **Всего, ккал за обед** |  | **599,26** |
|  | **Полдник** |  |  |
| 23 | Макаронные изделия отварные с маслом | 125 | 116,0 |
| 25 | Чай с сахаром | 180 | 50,4 |
| 15 | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
|  | **Всего, ккал за полдник** |  | 284,26 |
|  | **Всего, за день** |  | **1348,18** |