Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ с. Волчанка

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

Меню

11.05.2022г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **рецепта** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Энерг.ценность (ккал)** |
|  | **Завтрак** |  |  |
| 37 | Каша гречневая молочная жидкая | 200 | 222,4 |
| 17 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 91,0 |
| 15 | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
| 3 | Масло сливочное | 10 | 66,0 |
|  | **Всего, ккал за завтрак** |  | **497,26** |
|  | **Второй завтрак** |  |  |
| 11 | Кисломолочный продукт | 180 | **92,0** |
|  | **Всего, ккал за второй завтрак** |  | **92,0** |
|  | **Обед** |  |  |
| 96 | Икра кабачковая | 60 | 41,7 |
| 40 | Щи с рыбной консервой | 250 | 65,0 |
|  | Рыба тушеная в томате с овощами | 220 | 240,0 |
|  | Рис отварной | 150 | 209,7 |
| 42 | Компот из сухофруктов | 180 | 87,8 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
|  | **Всего, ккал за обед** |  | **762,06** |
|  | **Полдник** |  |  |
|  | Сдоба обыкновенная | 70 | 141,0 |
| 25 | Чай с сахаром | 180 | 50,4 |
|  | **Всего, ккал за полдник** |  | **191,4** |
|  | **Всего, за день** |  | **1542,72** |