Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ с. Волчанка

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

Меню

12.05.2022г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **рецепта** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Энерг.ценность (ккал)** |
|  | **Завтрак** |  |  |
| 46 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 145,2 |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 107,0 |
| 15 | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
| 47 | Сыр | 10 | 36,0 |
|  | **Всего, ккал за завтрак** |  | **406,06** |
|  | **Второй завтрак** |  |  |
| **4** | Сок фруктовый или овощной | 100 | **46,0** |
|  | **Всего, ккал за второй завтрак** |  | **46,0** |
|  | **Обед** |  |  |
| 97 | Винегрет овощной | 50 | 54,9 |
| 49 | Суп гороховый вегетарианский | 250 | 127,3 |
| 50 | Голубцы ленивые | 220 | 301,1 |
| 51 | Соус сметанный | 30 | 23,1 |
|  | кисель | 180 | 99,7 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
|  | **Всего, ккал за обед** |  | **723,96** |
|  | **Полдник** |  |  |
| 8 | Рагу овощное | 150 | 181,3 |
|  | Чай с сахаром | 180 | 50,4 |
|  | **Всего, ккал за полдник** |  | **231,7** |
|  | **Всего, за день** |  | **1407,72** |