Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ с. Волчанка

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

Меню

17.05.2022г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****рецепта** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Энерг.ценность (ккал)** |
|  | **Завтрак** |  |  |
| 72 | Каша ячневая вязкая с сахаром и маслом | 200 | 188,0 |
| 17 | Чай с сахаром | 180 | 91,0 |
| 15 | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
| 3 | Масло сливочное | 10 | 66,0 |
|  | **Всего, ккал за завтрак** |  | **462,86** |
|  | **Второй завтрак** |  |  |
| **11** | Фрукт | 180 | **92,0** |
|  | **Всего, ккал за второй завтрак** |  | **92,0** |
|  | **Обед** |  |  |
| 74 | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 84,7 |
| 75 | Бефстроганов из отварного мяса | 70 | 108,9 |
| 8 | Перловка отварная | 150 | 209,7 |
| 25 | Чай сладкий с лимоном | 180 | 50,4 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
|  | **Всего, ккал за обед** |  | **678,76** |
|  | **Полдник** |  |  |
| 78 | Сырники из творога со сгущенным молоком | 130 | 280,8 |
| 25 | Чай с сахаром | 180 | 50,4 |
|  | **Всего, ккал за полдник** |  | **331,2** |
|  | **Всего, за день** |  | **1564,82** |