Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ с. Волчанка

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

Меню

18.05.2022г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****рецепта** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | **Энерг.ценность (ккал)** |
|  | **Завтрак** |  |  |
| 79 | Каша манная молочная  | 200 | 194,0 |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 107,0 |
| 15 | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
| 3 | Масло сливочное | 10 | 66,0 |
|  | **Всего, ккал за завтрак** |  | **484,86** |
|  | **Второй завтрак** |  |  |
| **4** | Сок фруктовый или овощной | 100 | **46,0** |
|  | **Всего, ккал за второй завтрак** |  | **46,0** |
|  | **Обед** |  |  |
| 95 | Салат из горошка зеленого консервированного | 60 | 41,4 |
| 81 | Суп с рыбной консервой | 250 | 72,8 |
| 82 | Гороховое пюре | 150 | 209,7 |
|  | Рыбная котлета | 70 | 87,5 |
| 9 | Компот из сухофруктов | 180 | 96,7 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 117,86 |
|  | **Всего, ккал за обед** |  | **625,96** |
|  | **Полдник** |  |  |
| 84 | Сдоба обыкновенная | 70 | 141,0 |
|  | Чай с сахаром | 180 | 50,4 |
|  | **Всего, ккал за полдник** |  | 191,4 |
|  | **Всего, за день** |  | **1348,22** |