

Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Алексеевская ОШ № 4»
 _____ Королева Т. Ю.



Меню
На 12.02.2021 г.

| № рецептуры | Название блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г. | Калорийность, ккал. | Цена, руб |
|--------------|------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|-----------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 53-19э-2020 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 | 6,1 |
| 54-21к-2020 | Каша жидкая молочная рисовая | 200 | 5,3 | 6,5 | 28,5 | 193,7 | 15,3 |
| 54-22гн-2020 | Какао с молоком сгущенным | 200 | 3,5 | 3,4 | 22,3 | 133,4 | 9,6 |
| Пром. | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | 11,7 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 80 | 6,1 | 0,6 | 39,4 | 187,5 | 4 |
| | Итого за Завтрак | 590 | 15,4 | 19,2 | 100,1 | 633,8 | |
| | Обед | | | | | | |
| 54-16э-2020 | Винегрет с растительным маслом | 80 | 0,9 | 7,2 | 5,3 | 89,5 | 4,6 |
| 54-12с-2020 | Суп с рыбными консервами (горбуша) | 200 | 7,9 | 4,1 | 12,4 | 118 | 15,1 |
| 54-4г-2020 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,9 | 35,9 | 238,9 | 12,8 |
| 54-2м-2020 | Гуляш из говядины | 80 | 13,6 | 13,6 | 3,1 | 189 | 40 |
| 54-2хн-2020 | Компот из кураги | 200 | 1 | 0,1 | 15,6 | 66,9 | 4,6 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 80 | 6,1 | 0,6 | 39,4 | 187,5 | 4 |
| | Итого за Обед | 790 | 37,7 | 32,5 | 111,7 | 889,8 | |
| | Итого за день | 1380 | 53,1 | 51,7 | 211,8 | 1523,6 | |