

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



*(Handwritten signature)*

## Меню

На 02.03.2021 г.

| № рецептуры  | Название блюда                              | Масса, г    | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г. | Калорийность, ккал. | Цена, руб |
|--------------|---|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|-----------|
|              | <b>Завтрак</b>                              |             |             |             |              |                     |           |
| 53-19з-2020  | Масло сливочное (порциями)                  | 10          | 0,1         | 8,3         | 0,1          | 74,8                | 6,1       |
| 54-1з-2020   | Сыр твердых сортов в нарезке                | 30          | 7           | 8,9         | 0            | 107,5               | 13,5      |
| 54-3о-2020   | Омлет с морковью                            | 200         | 14,8        | 21,7        | 6,8          | 281,2               | 27,4      |
| 54-23гн-2020 | Кофейный напиток с молоком                  | 200         | 3,9         | 3,5         | 11,1         | 91,1                | 5,6       |
| Пром.        | Хлеб пшеничный                              | 80          | 6,1         | 0,6         | 39,4         | 187,5               | 4         |
| Пром.        | Апельсин                                    | 100         | 0,9         | 0,2         | 8,1          | 37,8                | 15        |
|              | <b>Итого за Завтрак</b>                     | <b>620</b>  | <b>32,8</b> | <b>43,2</b> | <b>65,5</b>  | <b>779,9</b>        |           |
|              | <b>Обед</b>                                 |             |             |             |              |                     |           |
| 54-8з-2020   | Салат из белокочанной капусты с морковью    | 80          | 1,3         | 8,1         | 7,7          | 108,7               | 6,8       |
| 54-2с-2020   | Борщ с капустой и картофелем со сметаной    | 200         | 4,7         | 6,1         | 10,1         | 114,3               | 6,7       |
| 54-6г-2020   | Рис отварной                                | 150         | 3,6         | 5,4         | 36,4         | 208,7               | 8,2       |
| 54-9р-2020   | Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай) | 100         | 18,9        | 25,1        | 5,4          | 322,7               | 44,7      |
| 54-6хн-2020  | Компот из вишни                             | 200         | 0,3         | 0,1         | 10,2         | 42,8                | 7,3       |
| Пром.        | Хлеб пшеничный                              | 80          | 6,1         | 0,6         | 39,4         | 187,5               | 4         |
|              | <b>Итого за Обед</b>                        | <b>810</b>  | <b>34,9</b> | <b>45,4</b> | <b>109,2</b> | <b>984,7</b>        |           |
|              | <b>Итого за день</b>                        | <b>1430</b> | <b>67,7</b> | <b>88,6</b> | <b>174,7</b> | <b>1764,6</b>       |           |