

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



Меню

На 18.03.2021 г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Калорийность, ккал.	Цена, руб
	Завтрак						
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288	14,9
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5	7,1
Пром.	Повидло абрикосовое	30	0,1	0	19,2	77,2	3,9
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5	4
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	11,7
	Итого за Завтрак	610	16,5	14,1	114,5	650,6	
	16						
54-16з-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
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	8,2
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,6	13,6	3,1	189	40
54-5хн-2020	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5	7,8
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5	4
	Итого за Обед	790	32,3	31	106,7	835,2	
	Итого за день	1400	48,8	45,1	221,2	1485,8	