Утверждаю

Директор МБОУ

«Алексеевская школа № 4»

\_\_\_\_\_\_\_\_Королева Т. Ю.



***Меню(1-4кл)*** На 30.03.2021 **г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Название блюда** | **Масса, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г.** | | **Калорийность, ккал.** | **Цена, руб** |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  | |  |  |
| 53-19з-2020 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,10 | 8,30 | | 0,10 | 74,80 | 6 |
| 54-2о-2020 | Омлет с зеленым горошком | 180 | 11,60 | 13,70 | | 5,60 | 192,60 | 24,2 |
| 54-22гн-2020 | Какао с молоком сгущенным | 200 | 3,50 | 3,40 | | 22,30 | 133,40 | 9,5 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 4,60 | 0,50 | | 29,50 | 140,60 | 3 |
| **Итого за Завтрак** |  | **450** | **19,8** | **25,9** | | **57,5** | **541,4** |  |
|  | **Обед** |  |  |  | |  |  |  |
| 54-3з-2020 | Помидор в нарезке | 60 | 0,70 | 0,10 | | 2,30 | 12,80 | 13,4 |
| 54-1с-2020 | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 4,60 | 6,10 | | 5,70 | 96,10 | 4,6 |
| 54-4г-2020 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,20 | 6,90 | | 35,90 | 238,90 | 20,2 |
| 54-9р-2020 | Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай) | 80 | 15,10 | 20,00 | | 4,30 | 258,20 | 40,2 |
| 54-5хн-2020 | Компот из яблок и вишни | 200 | 0,20 | 0,10 | | 10,10 | 42,50 | 8,8 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 4,60 | 0,50 | | 29,50 | 140,60 | 3 |
| **Итого за Обед** |  | **750** | **33,40** | **33,70** | | **87,80** | **789,10** |  |
| **Итого за день** |  | **1200** | **53,2** | **59,6** | | **145,3** | **1330,5** |  |