



Утверждаю:
Директор МБОУ Волочаевской СОШ
В.А.Корякин

МЕНЮ

20 февраля 2021г.

ПОНЕДЕЛЬНИК

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Завтрак 60 руб. / льготный 30 руб.						
1	Сосиска отварная	60,0	5,5	9	0,3	136,6
2	Макароны отварные	130,0	5,11	4,46	22,8	163,00
3	Салат витаминный	50,0	0,60	1,65	5,85	41,00
4	Хлеб йодированный	40,0	2,40	0,72	16,24	83,20
5	Чай с сахаром	200,0	2,40	0,00	15,00	58,00
	Итого:	480,0	16,0	15,8	60,2	481,8
Обед — 30 руб. / льготный						
1	Борщ из свежей капусты с картофелем	250,0	2,00	5,20	13,10	106,00
2	Оладьи с повидлом	135/15	12,95	10,50	68,70	420,00
3	Хлеб йодированный	40,0	2,40	0,72	16,24	83,20
4	Чай с сахаром	200,0	2,40	0,00	15,00	58,00
	Итого:	640,0	19,8	16,4	113,0	667,2
	Итого за день:	1120,0	35,8	32,3	173,2	1149,0