



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 |