



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ АР СОШ №2  
И.Д.Колыбельникова  
2022г.

## М Е Н Ю П Л А Т Н О Е

### Понедельник I

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт.№	Цена
<b>Завтрак</b>								
1	Макароны отварные с маслом, с сыром	1/150/10	5,6	7,2	1	164	413	25,95
2	Яйцо отварное	1/40	5,08	4,60	0,28	63		11,48
3	Овощи (огурец)	1/30	0,257	0	0,793	4,46		6,05
4	Батон, масло сливочное	1/25/10	4,7	7,9	7,3	123	3	9,20
5	Чай с лимоном	1/200/7/15	0,3	-	15,2	60	686	6,55
6	Сок витаминизированный	200						19,2
<b>ИТОГО</b>			<b>16,68</b>	<b>20,1</b>	<b>46,18</b>	<b>431</b>		<b>78,43</b>
<b>Обед</b>								
1	Борщ со сметаной на курином бульоне	1/250/15/25	2,0	5,2	13,1	106	154	36,28
2	Рыба припущенная	1/75	16,7	8,9	3,1	159,8	369	32,90
3	Пюре картофельное	1/150/10	3,15	6,7	21,9	137,2	520	23,43
4	Хлеб пшеничный/ржаной	1/40/20	4	0,6	21	101		3,56
5	Компот из сухофруктов	1/200	0,2	-	31,4	124	639	8,34
<b>ИТОГО</b>			<b>27,05</b>	<b>21,8</b>	<b>92,8</b>	<b>649</b>		<b>104,51</b>

Итого за день

Завтрак \_\_\_\_\_

Обед \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_ А.С. Ересенко

