



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ АР СОШ №2

И.Д.Колыбельникова

2022г.

М Е Н Ю П Л А Т Н О Е

«29» марта 2022г.

Вторник (2)

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт.№	Цена
Завтрак								
1	Макароны отварные	150	5,652	4,461	21	207,08	516	16,75
2	Тефтели мясные с соусом	60/30	2,6	2,4	58,4	240	463	28,96
3	Икра из кабачков	30	0,9	2,6	4,3	45		5,28
4	Батон, сыр, масло сливочное	1/25/15/10	4,7	7,9	7,3	123	3	17,46
5	Чай с лимоном	1/200/7	0,3	-	15,2	60	686	6,55
ИТОГО			16,5	27,8	32,95	458,0		75,00
Обед								
1	Рассольник со сметаной на курином бульоне	1/250/15/25	3	4,5	21	135	132	39,22
2	Котлета из куриного филе	80	21,91	23,29	11,35	342,54	498	39,02
	Каша гречневая	150	7,2	3,68	40	202	297	21,48
3	Икра из кабачков	50	0,9	2,6	4,3	45		8,80
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
ИТОГО			47,97	44,82	107,42	851,5		120,42

Итого за день

Завтрак _____

Обед _____

Зав. производством _____ А.С. Ересенко

