



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ АР СОШ №2  
И.Д.Колыбельникова  
«31» января 2022г.

## М Е Н Ю П Л А Т Н О Е

«31» января 2022г.

### Понедельник 2

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт. №	Цена
<b>Завтрак</b>								
1	Каша манная на молоке	200	2,39	2,78	23,56	133,39		20,51
2	Батон, сыр, масло сливочное	1/25/15/10	4,7	7,9	7,3	123	3	17,46
3	Яйцо вареное	40	15,11	8,54	69,12	62,8	337	11,48
4	Чай с лимоном	1/200/7	0,3	-	15,2	60	686	6,55
5	Фрукты свежие	200						21,6
<b>ИТОГО</b>			<b>16,5</b>	<b>27,8</b>	<b>32,95</b>	<b>458,0</b>		<b>77,60</b>
<b>Обед</b>								
1	Суп рисовый на курином бульоне	1/250/25	2,9	2,5	21	120	143	29,52
2	Макароны отварные	150	5,652	4,461	21	207,08	516	16,75
3	Тефтели мясные с соусом	60/30	2,6	2,4	58,4	240	463	28,96
4	Овощи (огурец кваш)	50	0,257	0	0,793	4,46		10,02
5	Хлеб пшеничный/ржаной	1/40/20	4	0,6	21	101		3,56
6	Сок витаминизированный	200	0,2		19	80		19,2
<b>ИТОГО</b>			<b>47,97</b>	<b>44,82</b>	<b>107,42</b>	<b>851,5</b>		<b>108,01</b>

Итого за день

Завтрак \_\_\_\_\_

Обед \_\_\_\_\_

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

