



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ Березниковской ООШ

Н.Ю. Филимонова Н.Ю.

«13» мая 2021 год

## М Е Н Ю

На 13 мая 2021 год

| №                | Наименование блюда                       | Выход  | Б           | Ж           | У            | Ккал.         |
|------------------|------------------------------------------|--------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>   |                                          |        |             |             |              |               |
|                  | Каша пшенная молочная                    | 205    | 9.5         | 11.1        | 37.7         | 290.4         |
|                  | Кофейный напиток                         | 200    | 5.1         | 4.7         | 30.5         | 184.6         |
|                  | Хлеб пшеничный                           | 40     | 3.0         | 1.2         | 20.6         | 104.8         |
|                  | <b>Итого:</b>                            |        | <b>17.6</b> | <b>17.0</b> | <b>88.8</b>  | <b>579.8</b>  |
| <b>2 завтрак</b> |                                          |        |             |             |              |               |
|                  | яблоко                                   | 150    | 0.6         | 0.6         | 14.7         | 70.5          |
|                  | <b>Итого:</b>                            |        | <b>0.6</b>  | <b>0.6</b>  | <b>14.7</b>  | <b>70.5</b>   |
|                  |                                          |        |             |             |              |               |
|                  |                                          |        |             |             |              |               |
| <b>Обед</b>      |                                          |        |             |             |              |               |
|                  | Суп картофельный                         | 250    | 6.0         | 6.1         | 17.5         | 149.8         |
|                  | Соус сметанный                           | 80     | 1.5         | 3.0         | 6.3          | 67.4          |
|                  | Голубцы любительские                     | 180    | 16.2        | 20.2        | 14.0         | 304.1         |
|                  | Компот из свежих фруктов                 | 200    | 0.2         | 0.2         | 23.2         | 95.6          |
|                  | Хлеб ржаной                              | 65     | 4.3         | 0.6         | 27.6         | 132.6         |
|                  | <b>Итого:</b>                            |        | <b>28.2</b> | <b>30.1</b> | <b>88.6</b>  | <b>749.5</b>  |
| <b>Полдник</b>   |                                          |        |             |             |              |               |
|                  | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 140\38 | 22.5        | 15.7        | 31.6         | 363.6         |
|                  | Чай с сахаром                            | 185\15 | 0.2         | 0.1         | 15.0         | 60.0          |
|                  | <b>Итого:</b>                            |        | <b>22.7</b> | <b>15.8</b> | <b>46.6</b>  | <b>423.6</b>  |
|                  | <b>ВСЕГО:</b>                            |        | <b>69.1</b> | <b>63.5</b> | <b>238.7</b> | <b>1823.4</b> |

Составила: Матвиенко Колосова А.Г.

Повар: Ионова Ионова Е.Ю.