

**1 неделя Понедельник 1 день
Меню 27.12.2021 г.**

Согласовано:
Директор МБОУ

УТВЕРЖДАЮ
ИИ Алаш

Ежедневное меню
с 1 по 4 класс
1 неделя, понедельник, 1 день

Школа: _____ Отдел: _____ День: _____

| Пример блюда | Рецепт | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
|--------------|------------|-----------|------------------------|----------|-------|--------------|--------|-------|-----------|
| Завтрак | гор. блины | 208 | Сыр рикотта | 200 | 12,10 | 169,83 | 109,83 | 2,19 | 11,6 |
| | | 6203 | Курочка с овощами | 6070 | 23,81 | 179,20 | 10,82 | 21,78 | 27,06 |
| | | 6813 | Блюдо греческое | 130 | 9,7 | 168,45 | 9,2 | 6,35 | 9,79 |
| | | 5 | Омлет на молоке | 30 | 10,0 | 20,4 | 0,48 | 0,08 | 1,38 |
| | | 680 | Чай с сахаром | 200 | 4,0 | 90 | 1,4 | 0,2 | 16,0 |
| чай | | | пшеничный бездрожжевой | 30 | 4,0 | 117 | 4,42 | 0,58 | 44,7 |
| | | | | Итого: | 69,54 | 710,88 | 334,2 | 52,84 | 108,67 |

Фото блюд



**1 неделя Вторник 2 день
Меню 28.12.2021 г.**

Согласовано:
Директор МБОУ

УТВЕРЖДАЮ
ИИ Алаш

Ежедневное меню
с 1 по 4 класс
1 неделя, вторник, 2 день

Школа: _____ Отдел: _____ День: _____

| Пример блюда | Рецепт | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
|--------------|------------|-----------|------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|-----------|
| Завтрак | гор. блины | 6481 | Паштет куриный | 150 | 33,01 | 228,82 | 15,92 | 15,3 | 3,11 |
| | | 5 | Омлет на молоке | 30 | 10,0 | 20,4 | 0,48 | 0,08 | 1,38 |
| | | 774 | Булочки сдобные | 30 | 12,83 | 168 | 7,69 | 8,73 | 32,43 |
| | | 6881 | Чай с сахаром | 200 | 4,0 | 152,0 | 9,3 | 0,0 | 14,0 |
| чай | | | пшеничный бездрожжевой | 30 | 4,0 | 117 | 4,42 | 0,58 | 44,7 |
| | | | | Итого: | 65,84 | 688 | 29 | 24 | 105 |

Фото блюд

