

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МОУ «Средняя  
общеобразовательная школа №76»

А.С. Метлицкая

«19.04.2021 - 23.04.2021г.»

**МЕНЮ**

Для обучающихся 1-4 классов.

Столовая МОУ «Средняя общеобразовательная школа №76»

№	Наименование блюд и изделий	Выход: грамм.	Ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
<b>1.</b>	<b>19 апреля 2021 г. (пн.)</b>					
	Огурец свежий	30	5,48	0,38	0,14	1,0
	Помидор свежий	30	7,2	0,33	0,06	1,14
	Колбаса вареная	80	117	9,52	8,73	0,11
	Соус томатный	50	43,8	0,8	2,5	4,5
	Пюре отварное	150	261,03	3,51	25,07	5,69
	Хлеб	33	84,36	3,05	0,5	16,42
	Мандарин	1 шт.	53	0,81	0,31	13,31
	Компот	200	78,7	0,3	0,1	18,9
	<b>Итого:</b>		<b>650,57</b>	<b>18,7</b>	<b>37,41</b>	<b>61,07</b>
<b>2.</b>	<b>20 апреля 2021 г. (вт.)</b>		<b>Ккал.</b>	<b>Б.</b>	<b>Ж.</b>	<b>У.</b>
	Огурец свежий	30	5,48	0,38	0,14	1,0
	Запеканка картофельная с мясом	200	202,47	11,38	11,99	13,02
	Соус молочный	50	42,55	1,03	2,62	6,68
	Хлеб	33	84,36	3,05	0,5	16,42
	Чай с сахаром	200	28,0	0,20	0,00	14,00
	Конфета	1 шт.	106,0	1,2	5,4	13,2
	<b>Итого:</b>		<b>458,86</b>	<b>17,24</b>	<b>20,65</b>	<b>64,32</b>
<b>3.</b>	<b>21 апреля г. (ср.)</b>		<b>Ккал.</b>	<b>Б.</b>	<b>Ж.</b>	<b>У.</b>
	Помидор	30	7,2	0,33	0,06	1,14
	Мясо тушеное	80	145,8	10,04	10,39	3,21
	Соус томатный	50	43,8	0,8	2,5	4,5
	Греча отварная	150	872,07	0,57	96,24	0,93
	Хлеб	33	84,36	3,05	0,5	16,42
	Компот	200	78,7	0,3	0,1	18,9
	Яблоко свежее	1 шт.	44,0	3,7	0,3	9,8
	<b>Итого:</b>		<b>1275,93</b>	<b>18,79</b>	<b>110,09</b>	<b>54,9</b>

4.	22 апреля 2021 г. (чт.)		Ккал.	Б.	Ж.	У.
	Огурец свежий	30	5,48	0,38	0,14	1,0
	Рыба, запеченная в яйце	80	94,00	12,7	3,63	2,57
	Соус молочный	50	41,9	1,03	2,62	6,68
	Рис отварной	150	447,71	8,73	14,61	75,0
	Хлеб	33	84,4	0,31	0,5	16,4
	Мандарин свежий	1 шт.	53,0	0,81	0,31	13,31
	Кофейный напиток с молоком	200	111,06	2,4	2,66	20,54
	<b>Итого:</b>		<b>837,55</b>	<b>26,36</b>	<b>24,47</b>	<b>135,5</b>
5.	23 апреля 2021 г. (пт.)		Ккал.	Б.	Ж.	У.
	Помидор свежий	30	7,2	0,33	0,06	1,14
	Котлета мясная	80	202,1	11,2	15,1	9,6
	Макаронны отварные	150	504,77	13,16	14,03	86,9
	Томатный соус	50	43,83	0,8	2,5	4,5
	Хлеб	33	84,4	0,31	0,5	16,4
	Компот	200	78,7	0,2	0,2	9,8
	Груша	1 шт.	47,0	0,4	0,3	10,3
	<b>Итого:</b>		<b>968,0</b>	<b>26,40</b>	<b>32,69</b>	<b>138,64</b>