

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МКОУ «Ильменская ООШ»  
А.В. Мерненко



12 октября 2021 год

Пятый день

Завтрак

№ п/п	Масса порции, г	Наименование блюд	Энергетич. ценность (ккал)
1	200	Каша манная молочная жидкая	224,940
2	20	Сыр порционный	70,400
3	200	Какао с молоком	169,820
4	30	Хлеб пшеничный	81,900
5	15	Масло сливочное несоленое	112,200
6	100	Плоды и ягоды свежие	47,000
		<b>итого</b>	<b>706,26</b>

Обед

№ п/п	Масса порции, г	Наименование блюд	Энергетич. ценность (ккал)
1	60	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	69,118
2	200	Суп картофельный на мясном бульоне со сметаной	112,520
3	250	Жаркое по-домашнему	304,675
4	40	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	75,600
5	150	Плоды и ягоды свежие	70,500
6	200	Компот из свежих фруктов (из яблок) витаминизированный	69,380
		<b>итого</b>	<b>694,79</b>