

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 27.12.2021, Прогресс СОШ, шк.завтр мл.сел

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийност ь |
|---------------------------------|--|-------|-------|----------|------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |
| 50 | Помидоры свежие порционно 50 | 0,43 | 2,25 | 2,25 | 31,87 |
| 200 | Груши 200 | | | | |
| 200 | Апельсины | 1,8 | 0,4 | 20,83 | 80 |
| 15 | Шоколад Аленка 15гр | 1,05 | 5,1 | 7,95 | 82,5 |
| 1000 | Сок 1л | | | | |
| 50 | Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 1,9 | 4,55 | 2,6 | 59 |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая 180/7 | 10,4 | 6,8 | 45,4 | 288 |
| 40 | Соус томатный | 0,4 | 1,87 | 2,53 | 29,33 |
| 60 | Котлеты рубленные из птицы п/ф 60 | 8 | 11 | 6 | 158 |
| 200 | Чай с сахаром | 0,1 | | 9 | 35 |
| 50 | Хлеб пшеничный витаминизированный 50 | 7,5 | 1 | 45 | 219 |
| 1 | Сок 0,2 | 1 | 0,2 | 20 | 92 |
| Итого за Завтрак | | 32,58 | 33,17 | 161,56 | 1 074,7 |
| Итого за день | | 32,58 | 33,17 | 161,56 | 1 074,7 |
| Итого стоимость завтрака | | | | | 64,32 |

— —