

Согласовано:



Утверждаю:

# Меню

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

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b><u>Завтрак</u></b>					
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 рубленые 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

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_