

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 24.12.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
1000	Сок 1л				
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
60	Котлеты рубленные из птицы п/ф 60	8	11	6	158
200	Каша молочная ячневая вязкая 200	6,96	8	35,76	244
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
180	Яблоки	0,72		17,63	74,87
Итого за Завтрак		24,28	20,2	133,39	822,87
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
50	Салат Здоровье 50	0,75	2,56	3,63	40
250	Суп борщ с капустой и картофелем	1,7	5	11,6	97
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
250	Плов из филе птицы 250У	21,13	29,38	51,8	555,18
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		38,01	40,54	129,41	1 030,98
Итого за день		62,29	60,74	262,8	1 853,85
Итого стоимость за день					138,52