

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 06.12.2021, Прогресс СОШ, шк.завтр мл.сел

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<u>Завтрак</u>					
20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
200	Плов из куриной грудки 200У	16,9	23,5	41,44	444,15
200	Компот из свежих плодов (яблоки) 200	0,2	0,1	17,2	68
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
100	Помидоры свежие порционно 100	0,86	4,5	4,5	63,74
280	Груши 280				
250	Апельсины 250	2,25	0,5	26,04	100
300	Яблоки свежие 300	1,2		29,38	124,78
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Завтрак		36,22	40,22	191,51	1 264,17
Итого за день		36,22	40,22	191,51	1 264,17
Итого стоимость завтрака					118,94

— —
