

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 14.03.2022, Кисак Каин ООШ , шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
--------------	--------------------	-------	------	----------	------------------

### Завтрак

220	Плов из филе птицы 220У	18,59	25,85	45,58	488,56
20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
200	Напиток яблочный			23,5	89
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Завтрак		32,4	37,27	122,03	949,06
Итого стоимость завтрака					67,21

### Обед

250	Суп куллама по-деревенски	14	15,4	30,8	320
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
200	Напиток яблочный			23,5	89
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		41,25	35,73	144	1 065,18
Итого за день		73,65	73	266,03	2 014,24
Итого стоимость обеда					74,15
Итого стоимость за день					141,36

— —