

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 20.09.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос- ть
--------------	--------------------	-------	------	----------	-------------------

Завтрак

10	Масло (порциями)	0,1	7,25	0,14	66
200	Плов из филе птицы 200У	16,9	23,5	41,44	444,15
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
200	Апельсины	1,8	0,4	20,83	80
Итого за Завтрак		26,4	32,15	116,71	846,15

Итого стоимость завтрака

57,43

Обед

50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,16	2	15,04	88,8
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
235	Каша гречневая с мясом (кулеш)	22	21	53	489
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Обед		40,12	33,95	131,42	985,6
Итого за день		66,52	66,1	248,13	1 831,75
Итого стоимость обеда					42,57
Итого стоимость за день					100,00
