

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 14.10.2021,Прогресс СОШ, шк.зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<u>Завтрак</u>					
50	Винегрет овощной	0,65	1,15	3,6	27
60	Рыба припущенная	14	4,3	0,4	94
180	Каша рисовая рассыпчатая	4,3	4,7	44,1	240
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Печенье Чоко пай				
Итого за Завтрак		27,45	11,15	113,3	672
Итого стоимость завтрака					57,43
<u>Обед</u>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
200	Суп картофельный с клецками	1,36	2,32	8,8	61,6
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		31,87	25,45	136,69	902,51
Итого за день		59,32	36,6	249,99	1 574,51
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66