

Согласовано:



Утверждаю:

[Signature]

Меню

на 22.10.2021, Кисак Каин ООШ, шк.зав.+обед г

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
60	Рыба припущенная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
10	Сыр (порциями)	2,44	2,66		35
220	Картофель отварной	4,28	4,77	32,39	194,33
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
200	Напиток апельсиновый	0,2	0,2	19,8	77
200	Яблоки	0,8		19,59	83,19
Итого за Завтрак		29,22	12,93	117,18	702,52
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
80	Салат овощной с зеленым горошком	1,58	5	5,08	72,5
250	Суп куллама по-деревенски	14	15,4	30,8	320
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
250	Рагу овощное с филе грудки 250У	15,91	19,32	15,91	305,68
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		39,99	40,82	127,19	1 037,18
Итого за день		69,21	53,75	244,37	1 739,7
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52
