

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 25.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

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

Завтрак

20	Масло слив. (порциями) 20	1	1,8	134	4
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
220	Плов из филе птицы 220У	18,59	25,85	45,58	488,56
200	Компот из свежих плодов (яблоки) 200	0,2	0,1	17,2	68
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		28,77	36,1	251,98	893,93
Итого стоимость завтрака					64,32

Обед

250	Суп картофельный крупой рисовой	2,6	2,5	19,3	112
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
50/50	Гуляш из отварной говядины 50/50	14,1	14,2	3,2	199
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		34,4	24,5	119,9	843
Итого за день		63,17	60,6	371,88	1 736,93
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52
