

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 17.11.2021, Кисак Каин СОШ, шк.зав.+обед с

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

Завтрак

1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
21	Печенье затяжное "Кликет" 21гр	1,37	1,58	11,97	69,3
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
100	Салат Степной	1,2	3,5	7,37	66,25
60	Куры отварные	15	12,6	0,2	174
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		33,43	25,43	147,56	964,73
Итого стоимость завтрака					64,32

Обед

100	Винегрет овощной	1,3	2,3	7,2	54
250	Суп щи из свежей капусты с картофелем 250/10	1,7	5,6	8,4	91
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
200	Каша рисовая рассыпчатая	4,7	5,2	49	266
200	Напиток апельсиновый	0,2	0,2	19,8	77
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		33,73	26,77	140,11	940,13
Итого за день		67,16	52,2	287,67	1 904,86
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52