

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 29.11.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
--------------	--------------------	-------	------	----------	--------------

### Завтрак

80	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	3	7,3	4,1	94
60	Котлеты рубленные из птицы п/ф 60	8	11	6	158
200	Каша гречневая рассыпчатая 200/8	11,56	7,56	50,44	320
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
<b>Итого за Завтрак</b>		31,56	28,93	137,07	947,33
<b>Итого стоимость завтрака</b>					<b>64,32</b>

### Обед

80	Салат из свеклы с солеными огурцами 80г	0,55	4,45	2,55	52
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,7	2,5	18,8	111
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
220	Плов из отварной говядины	15,58	14,52	42,15	365,2
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		33,76	25,17	137,88	912
<b>Итого за день</b>		65,32	54,1	274,95	1 859,33
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>74,20</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>138,52</b>