

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 24.11.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

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

Завтрак

80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
150	Каша гречневая рассыпчатая150	8,67	5,67	37,83	240
200	Какао с витаминами Витошка	3,9	3,1	25,16	145
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
14	Печенье затяжное "Кликет" 14гр	0,91	1,05	7,98	46,2
Итого за Завтрак		30,18	23,82	126,67	847,2

Итого стоимость завтрака

57,43

Обед

80	Салат из белокочанной капусты 80	1,7	3,6	8,27	71,6
200	Суп картофельный с бобовыми и гренками	4,24	5,92	22,4	161,6
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
60	Котлеты рубленные из птицы п/ф 60	8	11	6	158
150	Капуста тушеная	3,41	4,3	14,8	110,46
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		30,43	27,9	103,91	790,7
Итого за день		60,61	51,72	230,58	1 637,9
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66