

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 02.12.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<u>Завтрак</u>					
10	Масло (порциями)	0,1	7,25	0,14	66
200	Запеканка из творога 200/20	37,1	27,3	49,2	595
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
100	Батон нарезной 100	7,2	2,8	47,7	229
Итого за Завтрак		44,5	37,35	106,34	927
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
80	Салат из белокочанной капусты 80	1,7	3,6	8,27	71,6
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
250	Суп свекольник	2	5,1	13,7	108
60	Бефстроганов из отварного мяса	12,48	9,78	1,92	146,4
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		42,01	28,88	132,67	968,8
Итого за день		86,51	66,23	239,01	1 895,8
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52
