

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 01.12.2021, Кисак Каин ООШ, шк.зав.+обед с

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

Завтрак

45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
200	Каша рисовая рассыпчатая	4,7	5,2	49	266
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
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		26,3	20,13	136,06	831,2
Итого стоимость завтрака					64,32

Обед

80	Салат овощной с зеленым горошком	1,58	5	5,08	72,5
250	Суп куллама по-деревенски	14	15,4	30,8	320
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
250	Рагу овощное с филе грудки 250У	15,91	19,32	15,91	305,68
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		47,22	43,42	127,37	1 090,98
Итого за день		73,52	63,55	263,43	1 922,18
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52
