

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

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

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
80	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	3	7,3	4,1	94
60	Котлеты рубленые 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
Итого за Завтрак		31,56	28,93	137,07	947,33
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
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
Итого за Обед		33,76	25,17	137,88	912
Итого за день		65,32	54,1	274,95	1 859,33
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52