

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 07.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

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

### Завтрак

100	Салат Степной	1,2	3,5	7,37	66,25
60	Рыба припущеная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
200	Картофельное пюре	4,11	6,56	26,67	184,44
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Печенье Чоко пай				
Итого за Завтрак		28,11	15,46	111,84	693,69

Итого стоимость завтрака

64,32

### Обед

100	Салат Витаминный 100	1,6	4,6	11,1	90
250	Суп куллама по-деревенски	14	15,4	30,8	320
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
200	Рагу овощное с филе грудки 200У	12,73	15,46	12,73	244,55
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		42,76	39,06	117,01	993,35
Итого за день		70,87	54,52	228,85	1 687,04
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52