

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 24.09.2021, МБОУ ООШ с.Кисак-Каин , шк.зав.+обед с

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

Завтрак

50	Винегрет овощной	0,65	1,15	3,6	27
235	Каша гречневая с мясом (кулеш)	22	21	53	489
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
180	Яблоки	0,72		17,63	74,87
Итого за Завтрак		31,87	23,15	139,43	901,87
Итого стоимость завтрака					57,43

Обед

50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
200	Суп картофельный крупой рисовой	1,7	4,08	9,92	84
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
180	Плов из филе птицы 180У	15,21	21,15	37,29	399,73
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		32,22	31,18	124,84	895,03
Итого за день		64,09	54,33	264,27	1 796,9
Итого стоимость обеда					42,57
Итого стоимость за день					100,00
