

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 25.11.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

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

Завтрак

50	Винегрет овощной	0,65	1,15	3,6	27
10	Масло (порциями)	0,1	7,25	0,14	66
60	Рыба припущеная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
180	Каша молочная ячневая вязкая	6,2	7,2	32,2	219
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		29,45	20,9	101,54	717

Итого стоимость завтрака

57,43

Обед

80	Салат Витаминный 80	1,28	3,68	8,88	72
200	Суп картофельный с клецками	1,36	2,32	8,8	61,6
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		32,72	26,88	143,32	942,64
Итого за день		62,17	47,78	244,86	1 659,64
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66
