

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 21.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

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

### Завтрак

180	Запеканка из творога	33,39	24,57	44,28	535,5
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
80	Батон нарезной 80	5,76	2,24	38,16	183,2
	Итого за Завтрак	44,51	32,13	91,74	825,7

Итого стоимость завтрака

57,43

### Обед

50	Салат из белокочанной капусты	1	2,25	5,15	44,7
200	Суп свекольник	1,6	4,08	10,96	86,4
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
60	Бефстроганов из отварного мяса	12,48	9,78	1,92	146,4
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	8,67	5,67	37,83	240
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
	Итого за Обед	38,03	24,86	121,2	871,54
	Итого за день	82,54	56,99	212,94	1 697,24
					Итого стоимость обеда
					64,23
					Итого стоимость за день
					121,66

\_\_\_\_\_