

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 22.09.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
200	Жаркое по-домашнему с филе грудки 200	19,4	12,9	20,3	282
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Завтрак		33,21	24,32	92,45	729,5
Итого стоимость завтрака					57,43
<u>Обед</u>					
50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
200	Суп картофельный с клецками	1,36	2,32	8,8	61,6
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	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Обед		30,05	28,73	84,91	713,95
Итого за день		63,26	53,05	177,36	1 443,45
Итого стоимость обеда					42,57
Итого стоимость за день					100,00
