

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 25.11.2021, Кисак Каин ООШ , шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<u>Завтрак</u>					
80	Винегрет овощной	1	1,9	5,7	44
20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
60	Рыба припущеная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
220	Картофельное пюре	4,5	7,2	29,4	203
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		33,26	19,72	100,7	722
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
80	Салат Витаминный 80	1,28	3,68	8,88	72
250	Суп картофельный с клецками	1,7	2,9	11	77
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		35,67	31,7	152,51	1 036,31
Итого за день		68,93	51,42	253,21	1 758,31
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52