

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 25.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

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

Завтрак

15	Масло сливочное (порционно) 15	0,75	1,35	3	100,5
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
200	Плов из филе птицы 200У	16,9	23,5	41,44	444,15
200	Компот из свежих плодов (яблоки) 200	0,2	0,1	17,2	68
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		26,83	33,3	116,84	946,02
Итого стоимость завтрака					57,43

Обед

200	Суп картофельный крупой рисовой	1,7	4,08	9,92	84
25	Мясо отварное для первых блюд 20	7,23	2,6	0,18	53,8
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
150	Каша гречневая рассыпчатая150	8,67	5,67	37,83	240
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		37,59	26,13	102,81	800,8
Итого за день		64,42	59,43	219,65	1 746,82
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66
