

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 15.12.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

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

### Завтрак

15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
220	Макаронные изделия отварные	8,1	7,2	48,2	295
50	Салат Пестрый	0,5	2,5	5,2	45
100	Куры отварные 90	18,08	9,2	0,11	161
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		35,23	25	125,66	878,5

Итого стоимость завтрака

64,32

### Обед

80	Винегрет овощной	1	1,9	5,7	44
250	Суп щи из свежей капусты с картофелем 250/10	1,7	5,6	8,4	91
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
180	Каша рисовая рассыпчатая	4,3	4,7	44,1	240
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209

Итого за Обед

33,83

25,67

134,11

919,13

Итого за день

69,06

50,67

259,77

1 797,63

Итого стоимость обеда

74,20

Итого стоимость за день

138,52