

Согласовано:



Утверждаю:

# Меню

на 23.03.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b><u>Завтрак</u></b>					
60	Огурцы свежие порционно 60	0,45	2,7	3,9	33
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		28,1	23,03	104,6	734,18
Итого стоимость завтрака					67,21
<b><u>Обед</u></b>					
60	Свекла отварная 60	0,9		4,35	21
250	Суп картофельный с бобовыми и гречками	7,9	4,3	31,5	199
220	Плов из отварной говядины	15,58	14,52	42,15	365,2
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		32,58	19,82	141,2	886,2
Итого за день		60,68	42,85	245,8	1 620,38
Итого стоимость обеда					74,15
Итого стоимость за день					141,36