

Согласовано:



Утверждаю:

# Меню

на 25.10.2021, Кисак Каин ООШ , шк.зав.+обед г

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b><u>Завтрак</u></b>					
20	Масло слив. (порциями) 20	1	1,8	134	4
100	Салат из белокочанной капусты	2,1	4,5	10,3	89,4
220	Плов из филе птицы 220У	18,59	25,85	45,58	488,56
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		30,44	38,35	260,03	951,46
Итого стоимость завтрака					64,32
<b><u>Обед</u></b>					
250	Суп картофельный крупой рисовой	2,6	2,5	19,3	112
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
50/50	Гуляш из отварной говядины 50/50	14,1	14,2	3,2	199
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		34,4	24,5	119,9	843
Итого за день		64,84	62,85	379,93	1 794,46
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_