

Согласовано:



Утверждаю:

[Signature]

Меню

на 17.03.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|---------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------|---------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |
| 180 | Каша молочная манная жидкая | 5,4 | 7,2 | 26,8 | 194 |
| 200 | Запеканка из творога 200/20 | 37,1 | 27,3 | 49,2 | 595 |
| 200 | Чай с лимоном и сахаром | 0,1 | | 9,3 | 37 |
| 50 | Батон нарезной | 3,6 | 1,4 | 23,85 | 114,5 |
| Итого за Завтрак | | 46,2 | 35,9 | 109,15 | 940,5 |
| Итого стоимость завтрака | | | | | 67,21 |
| <u>Обед</u> | | | | | |
| 60 | Огурцы свежие порционно 60 | 0,45 | 2,7 | 3,9 | 33 |
| 250 | Суп свекольник | 2 | 5,1 | 13,7 | 108 |
| 220 | Жаркое по-домашнему с филе грудки 220 | 21,34 | 14,19 | 22,33 | 310,2 |
| 200 | Чай с сахаром | 0,1 | | 9 | 35 |
| 60 | Хлеб рж-пшеничный витаминизированный | 4,32 | 1,08 | 25,8 | 125,4 |
| Итого за Обед | | 28,21 | 23,07 | 74,73 | 611,6 |
| Итого за день | | 74,41 | 58,97 | 183,88 | 1 552,1 |
| Итого стоимость обеда | | | | | 74,15 |
| Итого стоимость за день | | | | | 141,36 |

— —
— —