

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 20.04.2022, Кисак Каин ООШ , шк.зав.+обед с

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

Завтрак

50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
150	Каша гречневая рассыпчатая 150/5	8,67	5,67	37,83	240
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
60	Хлеб пшеничный витаминизированный 60	9	1,2	54	262,8
Итого за Завтрак		30,84	21,9	106,96	744,3
Итого стоимость завтрака					67,21

Обед

100	Свекла отварная 100	1,5		7,25	35
200	Суп картофельный с бобовыми и гренками	4,24	5,92	22,4	161,6
200	Плов из отварной говядины	14,44	17,78	43,33	388,89
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
60	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	4,32	1,08	25,8	125,4
Итого за Обед		25	24,88	129,98	831,89
Итого за день		55,84	46,78	236,94	1 576,19
Итого стоимость обеда					74,15
Итого стоимость за день					141,36

— —