

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 05.09.2022, Кисак Каин ООШ , шк.зав.+обед с

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

Завтрак

20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
200	Плов из филе птицы 200У(***)	16,9	23,5	41,44	444,15
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
	Итого за Завтрак	30,66	29,82	106,64	825,15
			Итого стоимость завтрака		67,21

Обед

50	Салат из белокочанной капусты	1	2,25	5,15	44,7
250	Суп крестьянский с крупой 250/10(геркулес(***))	2,1	5,1	12,4	105
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
45/45	Гуляш из отварного мяса (***)	25,56	28,08	6,66	381
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
60	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	4,32	1,08	25,8	125,4
	Итого за Обед	43,48	43,31	104,41	979,1
	Итого за день	74,14	73,13	211,05	1 804,25
			Итого стоимость обеда		74,15
			Итого стоимость за день		141,36

— —