

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 13.12.2021, Прогресс СОШ , шк.зав.+обед

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

### Завтрак

50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
280	Груши 280				
50	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	1,9	4,55	2,6	59
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
60	Котлеты рубленные из птицы п/ф 60	8	11	6	158
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
<b>Итого за Завтрак</b>		29,73	27,67	132,78	912,2
<b>Итого стоимость завтрака</b>					<b>118,94</b>

### Обед

50	Салат из свеклы с солеными	0,55	4,45	2,55	52
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,16	2	15,04	88,8
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
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
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		30,63	27,41	135,26	902,73
<b>Итого за день</b>		60,36	55,08	268,04	1 814,93
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>64,23</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>183,17</b>