

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 10.02.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед г

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|---------------------------------|---|-------|-------|----------|---------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |
| 50 | Винегрет овощной | 0,65 | 1,15 | 3,6 | 27 |
| 60 | Рыба припущенная (горбуша) | 14 | 4,3 | 0,4 | 94 |
| 220 | Картофельное пюре | 4,5 | 7,2 | 29,4 | 203 |
| 200 | Сок фруктовый | 1 | | 20,2 | 92 |
| 50 | Хлеб пшеничный витаминизированный 50 | 7,5 | 1 | 45 | 219 |
| Итого за Завтрак | | 27,65 | 13,65 | 98,6 | 635 |
| Итого стоимость завтрака | | | | | 67,21 |
| <u>Обед</u> | | | | | |
| 80 | Салат Витаминный 80 | 1,28 | 3,68 | 8,88 | 72 |
| 250 | Суп картофельный с клецками | 1,7 | 2,9 | 11 | 77 |
| 100/50 | Тефтели из говядины с рисом 100/50. | 11,5 | 16,25 | 13,38 | 246,25 |
| 220 | Макаронные изделия отварные | 8,1 | 7,2 | 48,2 | 295 |
| 200 | Компот из кураги | 1,3 | 0,1 | 32,4 | 130 |
| 50 | Хлеб рж-пшеничный витаминизированный | 7,2 | 1 | 43 | 209 |
| Итого за Обед | | 31,08 | 31,13 | 156,86 | 1 029,25 |
| Итого за день | | 58,73 | 44,78 | 255,46 | 1 664,25 |
| Итого стоимость обеда | | | | | 74,15 |
| Итого стоимость за день | | | | | 141,36 |