

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 22.10.2021 Прогресс СОШ , шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<u>Завтрак</u>					
200	Напиток апельсиновый	0,2	0,2	19,8	77
10	Масло (порциями)	0,1	7,25	0,14	66
60	Рыба припущеная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
220	Картофельное пюре	4,5	7,2	29,4	203
200	Яблоки	0,8		19,59	83,19
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		27,1	19,95	114,33	742,19
					Итого стоимость завтрака
					64,32
<u>Обед</u>					
80	Салат овощной с зеленым горошком	1,58	5	5,08	72,5
250	Суп куллама по-деревенски	14	15,4	30,8	320
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
250	Рагу овощное с филе грудки 250У	15,91	19,32	15,91	305,68
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		39,99	40,82	127,19	1 037,18
Итого за день		67,09	60,77	241,52	1 779,37
					Итого стоимость обеда
					74,20
					Итого стоимость за день
					138,52