

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 23.03.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
60	Гуляш из отварной говядины	8,46	8,52	1,92	119,4
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		23,04	16,47	98,57	630,9
Итого стоимость завтрака					59,76
<u>Обед</u>					
50	Свекла отварная 50	0,75		3,63	17,5
200	Суп картофельный с бобовыми и гречками	4,24	5,92	22,4	161,6
150	Плов из отварной говядины 150	11,1	12	30,08	279
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		24,29	18,92	119,31	759,1
Итого за день		47,33	35,39	217,88	1 390
Итого стоимость обеда					61,90
Итого стоимость за день					121,66