

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 19.11.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
--------------	--------------------	-------	------	----------	--------------

### Завтрак

200	Напиток апельсиновый	0,2	0,2	19,8	77
60	Рыба припущеная	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	12,7	114,19	676,19
Итого стоимость завтрака					64,32

### Обед

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	7,23	2,6	0,18	53,8
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		47,22	43,42	127,37	1 090,98
Итого за день		74,22	56,12	241,56	1 767,17
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52