

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 16.03.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос ть
<u>Завтрак</u>					
60	Огурцы свежие порционно 60	0,45	2,7	3,9	33
80	Куры отварные (голень) 80	14,46	7,36	0,09	128,8
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		29,77	17,61	112,01	724,98
Итого стоимость завтрака					67,21
<u>Обед</u>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
250	Суп щи из свежей капусты с картофелем 250/10	1,7	5,6	8,4	91
250	Плов из отварной говядины 250				
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		10,33	8,85	73,85	423,87
Итого за день		40,1	26,46	185,86	1 148,85
Итого стоимость обеда					74,15
Итого стоимость за день					141,36

