

Согласовано:



Утверждаю:

# Меню

на 17.11.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<b><u>Завтрак</u></b>					
80	Салат Степной	1,2	2,8	5,9	53
60	Куры отварные	15	12,6	0,2	174
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
21	Печенье затяжное "Кликет" 21гр	1,37	1,58	11,97	69,3
Итого за Завтрак		32,67	22,88	141,67	913,3
Итого стоимость завтрака					57,43
<b><u>Обед</u></b>					
80	Винегрет овощной	1	1,9	5,7	44
200	Суп щи из свежей капусты с картофелем 200/5	1,36	4,48	6,72	72,8
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
180	Каша рисовая рассыпчатая	4,3	4,7	44,1	240
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
200	Напиток апельсиновый	0,2	0,2	19,8	77
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		31,24	24,23	131,99	875,17
Итого за день		63,91	47,11	273,66	1 788,47
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66