

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 16.03.2022 Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос- ть
<u>Завтрак</u>					
50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
80	Куры отварные (голень) 80	14,46	7,36	0,09	128,8
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
Итого за Завтрак		28,94	15,31	106,94	681,3
Итого стоимость завтрака					59,76
<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
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		21,43	20,85	103,93	702,87
Итого за день		50,37	36,16	210,87	1 384,17
Итого стоимость обеда					61,90
Итого стоимость за день					121,66

— —————