

Согласовано:



Утверждаю:

# Меню

на 28.09.2021,МБОУ ООШ с.Кисак-Каин, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<b><u>Завтрак</u></b>					
10	Масло (порциями)	0,1	7,25	0,14	66
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
200	Каша молочная Дружба	6,22	8,44	32,78	232,22
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
Итого за Завтрак		26,32	24,99	139,12	890,22
Итого стоимость завтрака					57,43
<b><u>Обед</u></b>					
50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
200	Суп свекольник	1,6	4,08	10,96	86,4
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
180	Жаркое по-домашнему с филе грудки 180	17,46	11,61	18,27	253,8
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Обед		36,22	26,74	116,01	843
Итого за день		62,54	51,73	255,13	1 733,22
Итого стоимость обеда					42,57
Итого стоимость за день					100,00