

## **Согласовано:**



**Утверждаю:**

## Меню

на 21.09.2021, Прогресс СОШ , шк.зав.+обед с

<b>Выход (г)</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Калорийнос- ть</b>
----------------------	---------------------------	--------------	-------------	-----------------	---------------------------

Завтрак

Завтрак						
50	Салат из белокочанной капусты	1	2,25	5,15	44,7	
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179	
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230	
200	Кофейный напиток на молоке	2,9	2,8	14,9	94	
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219	
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92	
Итого за Завтрак		31,69	23,73	127,33	858,7	

## **Итого за Завтрак**

## **Итого стоимость завтрака**

57,43

Обед

<b>50</b>	<b>Помидоры свежие порционно 50</b>	0,43	2,25	2,25	31,87
<b>200</b>	<b>Суп борщ с капустой и картофелем</b>	1,36	4	9,28	77,6
<b>25</b>	<b>Мясо отварное, для первых блюд 25</b>	7,23	2,6	0,18	53,8
<b>60</b>	<b>Бефстроганов из отварного мяса</b>	12,48	9,78	1,92	146,4
<b>180</b>	<b>Капуста тушеная</b>	4,09	5,16	17,76	132,55
<b>200</b>	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	0,5	0,1	31,2	121
<b>50</b>	<b>Хлеб рж-пшеничный витаминизированный</b>	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		33,29	24,89	105,59	772,22
<b>Итого за день</b>		64,98	48,62	232,92	1 630,92
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>42,57</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>100,00</b>