

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 19.01.2022 Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
--------------	--------------------	-------	------	----------	--------------

Завтрак

1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
50	Салат Пестрый	0,5	2,5	5,2	45
70	Куры отварные (голень) 70	12,66	6,44	0,08	112,7
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		30,32	16,79	146,5	866,88

Итого стоимость завтрака

67,21

Обед

200/30	Суп уря с птицей 200/30	14,8	10,3	15,1	213
180	Каша рисовая рассыпчатая	4,3	4,7	44,1	240
80	Котлеты из говядины 80	16,2	14,5	13,9	252
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		43,9	32,37	138,83	1 035,33
Итого за день		74,22	49,16	285,33	1 902,21
Итого стоимость обеда					74,15
Итого стоимость за день					141,36