

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 19.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<u>Завтрак</u>					
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
20	Масло слив. (порциями) 20	1	1,8	134	4
220	Каша молочная пшеничная жидккая				
200	Кофейный напиток на молоке	2,9	2,8	14,9	94
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
200	Апельсин	1,8	0,4	20,83	80
Итого за Завтрак		23,2	13,6	223,49	560,19
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
10	Сыр (порциями)	2,44	2,66		35
250/40	Суп уря с птицей	13,3	10,3	18,9	223
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	13,92	6,96	2,82	129,6
200	Картофель отварной	3,91	4,46	29,46	177
200	Напиток яблочный			23,5	89
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		41,15	27,63	120,93	890,1
Итого за день		64,35	41,23	344,42	1 450,29
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52