

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 08.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед

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

Завтрак

180	Запеканка из творога	33,39	24,57	44,28	535,5
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Батон нарезной	3,6	1,4	23,85	114,5
200	Апельсины	1,8	0,4	20,83	80
	Итого за Завтрак	38,89	26,37	97,96	765

Итого стоимость завтрака

57,43

Обед

50	Винегрет овощной	0,65	1,15	3,6	27
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
60	Бефстроганов из отварного мяса	12,48	9,78	1,92	146,4
150	Каша гречневая рассыпчатая150	8,67	5,67	37,83	240
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
	Итого за Обед	38,33	24,38	128,69	883,6
	Итого за день	77,22	50,75	226,65	1 648,6
	Итого стоимость обеда				64,23
	Итого стоимость за день				121,66
