

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 04.03.2022. Прогресс СОШ, шк.зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
180	Каша рисовая рассыпчатая	4,3	4,7	44,1	240
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
180	Яблоки	0,72		17,63	74,87
Итого за Завтрак		25,71	18,58	140,81	833,87
Итого стоимость завтрака					67,21
<u>Обед</u>					
50	Салат овощной с зеленым горошком	1,58	5	5,08	72,5
200	Суп куллама по-деревенски	9,6	7,44	19,36	187,2
220	Рагу овощное с филе грудки 220У	17,69	19,32	45,3	343,97
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		38,42	37,96	153,09	1 025,17
Итого за день		64,13	56,54	293,9	1 859,04
Итого стоимость обеда					74,15
Итого стоимость за день					141,36