

Согласовано:



Утверждаю:

## Меню

на 03.12.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
--------------	--------------------	-------	------	----------	------------------

### Завтрак

50	Салат Пестрый	0,5	2,5	5,2	45
90	Куры отварные (голень) 90	16,27	8,28	0,1	144,9
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
140	Мандарины	1,26	0,28	14,58	56
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
<b>Итого за Завтрак</b>		32,13	16,76	123,48	770,9
<b>Итого стоимость завтрака</b>					<b>57,43</b>

### Обед

50	Винегрет овощной	0,65	1,15	3,6	27
200	Суп щи из свежей капусты с картофелем 200/5	1,36	4,48	6,72	72,8
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
150	Каша рисовая рассыпчатая	3,58	3,91	36,75	200
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		30,97	22,49	122,94	833,17
<b>Итого за день</b>		63,1	39,25	246,42	1 604,07
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>64,23</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>121,66</b>

— —