

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

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

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
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
Итого за Завтрак		32,13	16,76	123,48	770,9
Итого стоимость завтрака					57,43
<u>Обед</u>					
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
Итого за Обед		30,97	22,49	122,94	833,17
Итого за день		63,1	39,25	246,42	1 604,07
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66