

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 23.12.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

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

### Завтрак

50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
280	Груши 280				
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
50	Винегрет овощной	0,65	1,15	3,6	27
60	Рыба припущеная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
180	Картофельное пюре	3,7	5,9	24	166
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
<b>Итого за Завтрак</b>		33,59	25,02	103,4	782,37
<b>Итого стоимость завтрака</b>					<b>118,94</b>

### Обед

80	Салат Витаминный 80	1,28	3,68	8,88	72
200	Суп картофельный с клецками	1,36	2,32	8,8	61,6
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		32,72	26,88	143,32	942,64
<b>Итого за день</b>		66,31	51,9	246,72	1 725,01
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>64,23</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>183,17</b>

— — —