

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 13.10.2021, Орловка СОШ, шк.зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<u>Завтрак</u>					
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
10	Масло (порциями)	0,1	7,25	0,14	66
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Какао с молоком	3,3	3,1	13,6	94
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
Итого за Завтрак		27,7	29,25	128,84	898
Итого стоимость завтрака					57,43
<u>Обед</u>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
200	Суп картофельный с бобовыми и гренками	4,24	5,92	22,4	161,6
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
60	Котлеты рубленые из птицы п/ф 60	8	11	6	158
180	Капуста тушеная	4,09	5,16	17,76	132,55
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		29,84	27,41	100,85	773,06
Итого за день		57,54	56,66	229,69	1 671,06
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66