

Согласовано:



Утверждаю:

*[Signature]*

# Меню

на 12.10.2021, МБОУ СОШ Сандугач , шк.зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<b><u>Завтрак</u></b>					
20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
200	Плов из филе птицы 200У	16,9	23,5	41,44	444,15
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
200	Апельсин	1,8	0,4	20,83	80
Итого за Завтрак		30,91	35,02	111,59	883,65
Итого стоимость завтрака					57,43
<b><u>Обед</u></b>					
50	Салат из моркови	0,55	2,25	7,25	50
200	Суп картофельный крупой рисовой	1,7	4,08	9,92	84
20	Мясо отварное, для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
150	Каша гречневая рассыпчатая150	8,67	5,67	37,83	240
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		36,69	27,86	110,02	840,04
Итого за день		67,6	62,88	221,61	1 723,69
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66