

Согласовано:



Утверждаю:

## Меню

на 21.09.2022, Кисак Каин ООШ , шк.зав.+обед с

| Выход<br>(г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийност<br>ь |
|--------------|--------------------|-------|------|----------|------------------|
|--------------|--------------------|-------|------|----------|------------------|

### Завтрак

|     |   |       |       |       |        |
|-----|---|-------|-------|-------|--------|
| 45  | Яйцо отварное 45                        | 5,72  | 5,18  | 0,32  | 70,65  |
| 175 | Рагу овощное с мясом (***)              | 16,36 | 19,95 | 16,45 | 310,63 |
| 200 | Чай с сахаром                           | 0,1   |       | 9     | 35     |
| 50  | Хлеб пшеничный<br>витаминизированный 50 | 7,5   | 1     | 45    | 219    |
|     | <b>Итого за Завтрак</b>                 | 29,68 | 26,13 | 70,77 | 635,28 |

**Итого стоимость завтрака**

**67,71**

### Обед

|     |   |       |       |        |               |
|-----|---|-------|-------|--------|---------------|
| 50  | Салат Здоровье 50(***)                  | 0,75  | 2,56  | 3,63   | 40            |
| 250 | Суп картофельный крупой<br>рисовой(***) | 2,6   | 2,5   | 19,3   | 112           |
| 60  | Котлеты рубленные из птицы п/ф 60       | 8     | 11    | 6      | 158           |
| 180 | Макаронные изделия отварные             | 6,6   | 4,7   | 39,4   | 230           |
| 200 | Витаминизированный кисель               |       |       | 19,2   | 76            |
| 60  | Хлеб пшеничный<br>витаминизированный    | 4,32  | 1,08  | 25,8   | 125,4         |
|     | <b>Итого за Обед</b>                    | 22,27 | 21,84 | 113,33 | 741,4         |
|     | <b>Итого за день</b>                    | 51,95 | 47,97 | 184,1  | 1 376,68      |
|     | <b>Итого стоимость обеда</b>            |       |       |        | <b>74,15</b>  |
|     | <b>Итого стоимость за день</b>          |       |       |        | <b>141,86</b> |

— —