

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 21.03.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
20	Масло слив. (порциями) 20	1	1,8	134	4
60	Котлеты рубленые из птицы п/ф 60	8	11	6	158
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
60	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	4,32	1,08	25,8	125,4
Итого за Завтрак		24,22	22,55	222,73	639,73
Итого стоимость завтрака					67,21
<u>Обед</u>					
250	Суп картофельный крупой рисовой	2,6	2,5	19,3	112
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
200	Каша рисовая рассыпчатая	4,7	5,2	49	266
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		27,69	21,58	145,38	887
Итого за день		51,91	44,13	368,11	1 526,73
Итого стоимость обеда					74,15
Итого стоимость за день					141,36