

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 12.10.2021, Орловка СОШ, шк.зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<u>Завтрак</u>					
20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
250	Плов из филе птицы 250У	21,13	29,38	51,8	555,18
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		35,04	40,8	114,05	963,68
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
40	Огурцы свежие порционно 40	1	0,1	3,25	17,5
250	Суп картофельный крупой рисовой	2,6	2,5	19,3	112
25	Мясо отварное, для первых блюд 20	7,23	2,6	0,18	53,8
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		41,22	25,78	123,01	894,3
Итого за день		76,26	66,58	237,06	1 857,98
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52