

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 01.03.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
150	Каша молочная пшенная жидкая 150	5,42	6,67	25,58	184,17
200	Кофейный напиток на молоке	2,9	2,8	14,9	94
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
140	Мандарины	1,26	0,28	14,58	56
Итого за Завтрак		28,08	18,75	110,06	713,17
Итого стоимость завтрака					59,76
<u>Обед</u>					
50	Винегрет овощной	0,65	1,15	3,6	27
250	Суп щи из свежей капусты с картофелем 250/10	1,7	5,6	8,4	91
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	13,92	6,96	2,82	129,6
180	Картофель отварной	3,5	3,9	26,5	159
200	Напиток яблочный			23,5	89
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		26,97	18,61	107,82	704,6
Итого за день		55,05	37,36	217,88	1 417,77
Итого стоимость обеда					61,90
Итого стоимость за день					121,66