

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 14.10.2021, ООШ Кисак Каин, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
100	Винегрет овощной	1,3	2,3	7,2	54
60	Рыба припущенная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
200	Каша рисовая рассыпчатая	4,7	5,2	49	266
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Печенье Чоко пай				
Итого за Завтрак		28,5	12,8	121,8	725
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
100	Салат Витаминный 100	1,6	4,6	11,1	90
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
250	Суп картофельный с клецками	1,7	2,9	11	77
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		28,36	28,15	152,02	971,18
Итого за день		56,86	40,95	273,82	1 696,18
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52