

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 02.09.2021, Кисак-Каин ООШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
--------------	--------------------	-------	------	----------	--------------

Завтрак

20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
60	Котлеты рубленые из птицы п/ф 60	8	11	6	158
150	Макаронные изделия отварные	5,5	3,92	32,83	191,68
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Завтрак		27,41	26,34	101,08	758,18

Обед

50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
200	Суп картофельный крупой рисовой	1,7	4,08	9,92	84
200	Рагу овощное с филе грудки 200У	12,73	15,46	12,73	244,55
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		22,16	22,79	76,9	604,42
Итого за день		49,57	49,13	177,98	1 362,6
