

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 08.12.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<b><u>Завтрак</u></b>					
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
200	Какао с витаминами Витошка	3,9	3,1	25,16	145
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
14	Печенье затяжное "Кликет" 14гр	0,91	1,05	7,98	46,2
<b>Итого за Завтрак</b>		32,96	30,05	142,19	977,7
<b>Итого стоимость завтрака</b>					<b>64,32</b>
<b><u>Обед</u></b>					
100	Салат из белокочанной капусты	2,1	4,5	10,3	89,4
250	Суп картофельный с бобовыми и гренками	7,9	4,3	31,5	199
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
180	Капуста тушеная	4,09	5,16	17,76	132,55
60	Котлеты рубленные из птицы п/ф 60	8	11	6	158
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		36,62	28,56	118,04	878,75
<b>Итого за день</b>		69,58	58,61	260,23	1 856,45
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>74,20</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>138,52</b>

— —