

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 07.12.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
--------------	--------------------	-------	------	----------	------------------

Завтрак

50	Салат из белокочанной капусты	1	2,25	5,15	44,7
200	Жаркое по-домашнему	21,07	21,2	18	347,78
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
150	Яблоки	0,6		14,69	62,39
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
280	Груши 280				
Итого за Завтрак		30,7	26,7	94,09	740,74
Итого стоимость завтрака					64,32

Обед

50	Салат Студенческий	1,81	5,25	4,12	71,25
200	Суп рассольник ленинградский	1,68	4,16	12,32	95,2
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
60	Куры отварные	15	12,6	0,2	174
180	Картофельное пюре	3,7	5,9	24	166
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		35,67	31,09	114,98	879,49
Итого за день		66,37	57,79	209,07	1 620,23
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52