

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 17.03.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

| Выход<br>(г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийнос-<br>ть |
|--------------|--------------------|-------|------|----------|-------------------|
|--------------|--------------------|-------|------|----------|-------------------|

### Завтрак

|                                 |                                  |       |       |        |              |
|---------------------------------|----------------------------------|-------|-------|--------|--------------|
| 150                             | Каша молочная манная жидккая 150 | 4,5   | 6     | 22,33  | 161,67       |
| 180                             | Запеканка из творога             | 33,39 | 24,57 | 44,28  | 535,5        |
| 200                             | Чай с лимоном и сахаром          | 0,1   |       | 9,3    | 37           |
| 50                              | Батон нарезной                   | 3,6   | 1,4   | 23,85  | 114,5        |
| 200                             | Апельсины                        | 1,8   | 0,4   | 20,83  | 80           |
| <b>Итого за Завтрак</b>         |                                  | 43,39 | 32,37 | 120,59 | 928,67       |
| <b>Итого стоимость завтрака</b> |                                  |       |       |        | <b>59,76</b> |

### Обед

|                                |                                       |       |       |       |               |
|--------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|-------|---------------|
| 50                             | Огурцы свежие порционно 50            | 0,38  | 2,25  | 3,25  | 27,5          |
| 200                            | Суп свекольник                        | 1,6   | 4,08  | 10,96 | 86,4          |
| 200                            | Жаркое по-домашнему с филе грудки 200 | 19,4  | 12,9  | 20,3  | 282           |
| 200                            | Чай с сахаром                         | 0,1   |       | 9     | 35            |
| 50                             | Хлеб рж-пшеничный витаминизированный  | 7,2   | 1     | 43    | 209           |
| <b>Итого за Обед</b>           |                                       | 28,68 | 20,23 | 86,51 | 639,9         |
| <b>Итого за день</b>           |                                       | 72,07 | 52,6  | 207,1 | 1 568,57      |
| <b>Итого стоимость обеда</b>   |                                       |       |       |       | <b>61,90</b>  |
| <b>Итого стоимость за день</b> |                                       |       |       |       | <b>121,66</b> |

— —