

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 27.09.2021, МБОУ ООШ с.Кисак-Каин , шк.зав.+обед с

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

Завтрак

20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
60	Котлеты рубленные 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
120	Яблоки	0,47		11,76	49,9
Итого за Завтрак		26,83	21,24	104,89	725,58
Итого стоимость завтрака					57,43

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
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
180	Плов из отварной говядины 180	13,32	14,4	36,09	334,8
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
Итого за Обед		30,98	24,53	120,44	840,47
Итого за день		57,81	45,77	225,33	1 566,05
Итого стоимость обеда					42,57
Итого стоимость за день					100,00
