

Согласовано:



Утверждаю:

[Signature]

Меню

на 21.02.2023, Кисак Каин ООШ , шк.зав.+обед с

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|--------------------------|--|-------|-------|----------|--------------|
| Завтрак | | | | | |
| 60 | Винегрет овощной | 1,2 | 1,38 | 4,32 | 32,4 |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая 180/7 | 10,4 | 6,8 | 45,4 | 288 |
| 60/30 | Тефтели из говядины с рисом 60/30(***) | 6,9 | 10,1 | 8,7 | 156 |
| 200 | Напиток яблочный | | | 23,5 | 89 |
| 50 | Хлеб пшеничный витаминизированный 50 | 7,5 | 1 | 45 | 219 |
| Итого за Завтрак | | 26 | 19,28 | 126,92 | 784,4 |
| Итого стоимость завтрака | | | | | 73,20 |
| Обед | | | | | |
| 250 | Суп щи из свежей капусты с картофелем 250/10(***) | 1,7 | 5,6 | 8,4 | 91 |
| 20 | Мясо отварное для первых блюд 20 | 5,78 | 2,08 | 0,14 | 43,04 |
| 180 | Картофель отварной(***) | 3,5 | 3,9 | 26,5 | 159 |
| 80 | Куры отварные | 20 | 16,8 | 0,27 | 232 |
| 200 | Чай с сахаром | 0,1 | | 9 | 35 |
| 60 | Хлеб рж-пшеничный витаминизированный | 4,32 | 1,08 | 25,8 | 125,4 |
| Итого за Обед | | 35,4 | 29,46 | 70,11 | 685,44 |
| Итого за день | | 61,4 | 48,74 | 197,03 | 1 469,84 |
| Итого стоимость обеда | | | | | 84,45 |
| Итого стоимость за день | | | | | 157,65 |