

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 04.10.2021, МБОУ СОШ с.Прогресс, шк.зав.+обед с

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

Завтрак

10	Масло (порциями)	0,1	7,25	0,14	66
200	Плов из филе птицы 200У	16,9	23,5	41,44	444,15
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		25,07	31,75	107,64	816,05
Итого стоимость завтрака					57,43

Обед

50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,16	2	15,04	88,8
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
235	Каша гречневая с мясом (кулеш)	22	21	53	489
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Обед		40,12	33,95	131,42	985,6
Итого за день		65,19	65,7	239,06	1 801,65
Итого стоимость обеда					42,57
Итого стоимость за день					100,00