

Согласовано:



Утверждаю:

*[Signature]*

## Меню

на 21.09.2021, Кисак-Каин СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b><u>Завтрак</u></b>					
50	Салат из белокочанной капусты	1	2,25	5,15	44,7
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Кофейный напиток на молоке	2,9	2,8	14,9	94
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
<b>Итого за Завтрак</b>		31,69	23,73	127,33	858,7
<b>Итого стоимость завтрака</b>					<b>57,43</b>
<b><u>Обед</u></b>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
200	Суп борщ с капустой и картофелем	1,36	4	9,28	77,6
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
60	Бефстроганов из отварного мяса	12,48	9,78	1,92	146,4
180	Капуста тушеная	4,09	5,16	17,76	132,55
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		33,29	24,89	105,59	772,22
<b>Итого за день</b>		64,98	48,62	232,92	1 630,92
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>42,57</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>100,00</b>

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_