

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 28.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<u>Завтрак</u>					
80	Винегрет овощной	1	1,9	5,7	44
60	Рыба припущенная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
150	Каша рисовая рассыпчатая	3,58	3,91	36,75	200
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
150	Яблоки	0,6		14,69	62,39
Итого за Завтрак		27,68	11,11	122,74	711,39
Итого стоимость завтрака					57,43
<u>Обед</u>					
80	Салат Витаминный 80	1,28	3,68	8,88	72
200	Суп картофельный с клецками	1,36	2,32	8,8	61,6
20	Мясо отварное для первых блюд 20	5,78	2,08	0,14	43,04
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		32,72	26,88	143,32	942,64
Итого за день		60,4	37,99	266,06	1 654,03
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66