

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 06.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос- ть
--------------	--------------------	-------	------	----------	-------------------

Завтрак

100	Салат Пестрый	1	5	10,4	90
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
60	Куры отварные	15	12,6	0,2	174
200	Витаминизированный кисель			19,2	76
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Завтрак		34,95	30,5	128,15	929,5

Итого стоимость завтрака

64,32

Обед

100	Салат из белокочанной капусты	2,1	4,5	10,3	89,4
250	Суп щи из свежей капусты с картофелем 250/10	1,7	5,6	8,4	91
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		36,69	28,25	124,7	906,38
Итого за день		71,64	58,75	252,85	1 835,88
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52
