

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 19.01.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность ь
<u>Завтрак</u>					
40	Салат Пестрый	0,4	2	4,15	36
70	Куры отварные (голень) 70	12,66	6,44	0,08	112,7
180	Макаронные изделия отварные	6,6	4,7	39,4	230
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
Итого за Завтрак		29,46	14,44	141,03	819,7
Итого стоимость завтрака					59,76
<u>Обед</u>					
200/30	Суп уря с птицей 200/30	14,8	10,3	15,1	213
60	Котлеты из говядины 60	12,15	10,87	10,43	189
150	Каша рисовая рассыпчатая	3,58	3,91	36,75	200
20	Соус томатный	0,2	0,93	1,27	14,67
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		38,93	27,01	126,75	917,67
Итого за день		68,39	41,45	267,78	1 737,37
Итого стоимость обеда					61,90
Итого стоимость за день					121,66