

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 16.12.2021, Прогресс СОШ, шк.завтр.мл.гор

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<u>Завтрак</u>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
200	Яблоки	0,8		19,59	83,19
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
45	Яйцо отварное 45	5,72	5,18	0,32	70,65
180	Запеканка из творога	33,39	24,57	44,28	535,5
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
80	Батон нарезной 80	5,76	2,24	38,16	183,2
	Итого за Завтрак	48,25	39,54	141,85	1 115,91
	Итого за день	48,25	39,54	141,85	1 115,91
	Итого стоимость завтрака				118,94