

Согласовано:



Утверждаю:

## Меню

на 08.10.2021, Кисак-Кайн ООШ, шк. зав.+обед

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
--------------	--------------------	-------	------	----------	--------------

### Завтрак

200	Запеканка из творога 200/20	37,1	27,3	49,2	595
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Батон нарезной	3,6	1,4	23,85	114,5
200	Апельсины	1,8	0,4	20,83	80
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>42,6</b>	<b>29,1</b>	<b>102,88</b>	<b>824,5</b>

**Итого стоимость завтрака**

**64,32**

### Обед

100	Винегрет овощной	1,3	2,3	7,2	54
250	Суп свекольник	2	5,1	13,7	108
25	Мясо отварное, для первых блюд 25	7,23	2,6	0,18	53,8
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
60	Бефстроганов из отварного мяса	12,48	9,78	1,92	146,4
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>	<b>41,11</b>	<b>27,68</b>	<b>142,6</b>	<b>980,2</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>83,71</b>	<b>56,78</b>	<b>245,48</b>	<b>1 804,7</b>
					<b>Итого стоимость обеда</b>
					<b>74,20</b>
					<b>Итого стоимость за день</b>
					<b>138,52</b>

---