

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 13.10.2021, Кисак Каин ООШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<b><u>Завтрак</u></b>					
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
220	Макаронные изделия отварные	8,1	7,2	48,2	295
200	Какао с молоком	3,3	3,1	13,6	94
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
<b>Итого за Завтрак</b>		29,1	24,5	137,5	897
<b>Итого стоимость завтрака</b>					<b>64,32</b>
<b><u>Обед</u></b>					
100	Салат из белокочанной капусты	2,1	4,5	10,3	89,4
250	Суп картофельный с бобовыми и гренками	7,9	4,3	31,5	199
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
60	Котлеты рубленые из филе птицы 60	8	11	6	158
200	Капуста тушеная	4,55	5,73	19,73	147,27
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		29,85	26,53	119,83	839,67
<b>Итого за день</b>		58,95	51,03	257,33	1 736,67
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>74,20</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>138,52</b>