

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 15.11.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед

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

Завтрак

100	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	3,8	9,1	5,2	118
60	Котлеты рубленные из птицы п/ф 60	8	11	6	158
220	Каша гречневая рассыпчатая	12,67	8,27	55,44	352,88
40	Соус томатный	0,4	1,87	2,53	29,33
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
Итого за Завтрак		33,52	36,34	131,12	994,71

Итого стоимость завтрака

64,32

Обед

80	Салат из свеклы с солеными огурцами 80г	0,55	4,45	2,55	52
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,7	2,5	18,8	111
25	мясо отварное для первых блюд 25г	7,23	2,6	0,18	53,8
220	Плов из отварной говядины	15,58	14,52	42,15	365,2
200	Компот из смеси сухофруктов	0,5	0,1	31,2	121
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		33,76	25,17	137,88	912
Итого за день		67,28	61,51	269	1 906,71
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52