

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 19.10.2021, Сандугач СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
10	Масло сливочное (порционно) 10	0,5	0,9	2	67
60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
200	Каша молочная пшенная жидкая	7,22	8,89	34,11	245,56
200	Кофейный напиток на молоке	2,9	2,8	14,9	94
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
180	Яблоки	0,72		17,63	74,87
Итого за Завтрак		29,84	21,59	123,64	860,43
Итого стоимость завтрака					57,43
<u>Обед</u>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
10	Сыр (порциями)	2,44	2,66		35
200/30	Суп уря с птицей 200/30	14,8	10,3	15,1	213
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	13,92	6,96	2,82	129,6
180	Картофель отварной	3,5	3,9	26,5	159
200	Напиток яблочный			23,5	89
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		42,29	27,07	113,17	866,47
Итого за день		72,13	48,66	236,81	1 726,9
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66
