

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 11.04.2022, Прогресс СОШ , шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
--------------	--------------------	-------	------	----------	------------------

### Завтрак

220	Плов из филе птицы 220У	18,59	25,85	45,58	488,56
20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
50	Огурцы свежие порционно 50	0,38	2,25	3,25	27,5
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
60	Хлеб пшеничный витаминизированный 60	9	1,2	54	262,8
Итого за Завтрак		33,33	34,62	111,83	883,86
Итого стоимость завтрака					67,21

### Обед

250	Суп рассольник ленинградский 250/10	2,1	5,2	15,4	119
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
200	Напиток яблочный			23,5	89
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		29,35	25,53	128,6	864,18
Итого за день		62,68	60,15	240,43	1 748,04
Итого стоимость обеда					74,15
Итого стоимость за день					141,36