

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 15.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

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

Завтрак

| | | | | | |
|------------------|---|-------|-------|--------|--------|
| 50 | Коржик молочный | 3,15 | 5,75 | 33,8 | 190 |
| 60 | Сосиски отв. Сказка | 7,2 | 13,2 | 1,2 | 153 |
| 200 | Каша молочная ячневая вязкая 200 | 6,96 | 8 | 35,76 | 244 |
| 200 | Чай с сахаром | 0,1 | | 9 | 35 |
| 50 | Хлеб пшеничный витаминизированный 50 | 7,5 | 1 | 45 | 219 |
| 200 | Яблоки | 0,8 | | 19,59 | 83,19 |
| Итого за Завтрак | | 25,71 | 27,95 | 144,35 | 924,19 |

Итого стоимость завтрака

64,32

Обед

| | | | | | |
|-------------------------|---|-------|-------|--------|----------|
| 50 | Огурцы свежие порционно 50 | 0,38 | 2,25 | 3,25 | 27,5 |
| 250 | Суп борщ с капустой и картофелем | 1,7 | 5 | 11,6 | 97 |
| 25 | мясо отварное для первых блюд 25г | | | | |
| 250 | Плов из филе птицы 250г | 21,13 | 29,38 | 51,8 | 555,18 |
| 200 | Витаминизированный кисель | | | 19,2 | 76 |
| 50 | Хлеб рж-пшеничный витаминизированный | 7,2 | 1 | 43 | 209 |
| Итого за Обед | | 30,41 | 37,63 | 128,85 | 964,68 |
| Итого за день | | 56,12 | 65,58 | 273,2 | 1 888,87 |
| Итого стоимость обеда | | | | | 74,20 |
| Итого стоимость за день | | | | | 138,52 |
