

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 12.10.2021, Кисак -Кайн ООШ , шк.зав.+обед

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

### Завтрак

20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
250	Плов из филе птицы 250У	21,13	29,38	51,8	555,18
200	Компот из свежих плодов (яблоки) 200	0,2	0,1	17,2	68
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95	82,5
Итого за Завтрак		35,14	40,9	121,95	994,68

Итого стоимость завтрака

**64,32**

### Обед

50	Салат из моркови	0,55	2,25	7,25	50
250	Суп картофельный крупой рисовой	2,6	2,5	19,3	112
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
45/45	Гуляш из отварной говядины	12,69	12,78	2,88	179
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		33,54	25,33	126,83	873
Итого за день		68,68	66,23	248,78	1 867,68
Итого стоимость обеда					<b>74,20</b>
Итого стоимость за день					<b>138,52</b>

---