

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 13.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<u>Завтрак</u>					
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
220	Макаронные изделия отварные	8,1	7,2	48,2	295
200	Какао с молоком	3,3	3,1	13,6	94
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
Итого за Завтрак		29,1	24,5	137,5	897
Итого стоимость завтрака					64,32
<u>Обед</u>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
250	Суп картофельный с бобовыми и гречками	7,9	4,3	31,5	199
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
60	Котлеты рубленые из филе птицы 60	8	11	6	158
200	Капуста тушеная	4,55	5,73	19,73	147,27
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		28,18	24,28	111,78	782,14
Итого за день		57,28	48,78	249,28	1 679,14
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52