

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 21.02.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийнос- ть |
|--------------|--------------------|-------|------|----------|-------------------|
|--------------|--------------------|-------|------|----------|-------------------|

Завтрак

| | | | | | |
|-------------------------|---|-------|-------|--------|--------|
| 10 | Сыр (порциями) | 2,32 | 2,95 | | 36,4 |
| 21 | Печенье затяжное "Кликет" 21гр | 1,37 | 1,58 | 11,97 | 69,3 |
| 200 | Плов из филе птицы 200У | 16,9 | 23,5 | 41,44 | 444,15 |
| 200 | Чай с сахаром | 0,1 | | 9 | 35 |
| 50 | Хлеб пшеничный витаминизированный 50 | 7,5 | 1 | 45 | 219 |
| 1 | Сок 0,2 | 1 | 0,2 | 20 | 92 |
| Итого за Завтрак | | 29,19 | 29,23 | 127,41 | 895,85 |

Итого стоимость завтрака

59,76

Обед

| | | | | | |
|--------------------------------|---|-------|-------|--------|---------------|
| 200 | Суп картофельный крупой рисовой | 1,7 | 4,08 | 9,92 | 84 |
| 45/45 | Гуляш из отварной говядины | 12,69 | 12,78 | 2,88 | 179 |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая 150/5 | 8,67 | 5,67 | 37,83 | 240 |
| 200 | Чай с сахаром | 0,1 | | 9 | 35 |
| 50 | Хлеб рж-пшеничный витаминизированный | 7,2 | 1 | 43 | 209 |
| Итого за Обед | | 30,36 | 23,53 | 102,63 | 747 |
| Итого за день | | 59,55 | 52,76 | 230,04 | 1 642,85 |
| Итого стоимость обеда | | | | | 61,90 |
| Итого стоимость за день | | | | | 121,66 |
