

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 30.11.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

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

Завтрак

60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
200	Каша молочная пшеничная жидккая	7,22	8,89	34,11	245,56
200	Кофейный напиток на молоке	2,9	2,8	14,9	94
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
200	Яблоки	0,8		19,59	83,19
Итого за Завтрак		29,42	20,69	123,6	801,75
Итого стоимость завтрака					57,43

Обед

50	Салат Витаминный	0,8	2,3	5,55	45
200/30	Суп уря с птицей 200/30	14,8	10,3	15,1	213
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	13,92	6,96	2,82	129,6
180	Картофель отварной	3,5	3,9	26,5	159
200	Напиток яблочный			23,5	89
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		40,22	24,46	116,47	844,6
Итого за день		69,64	45,15	240,07	1 646,35
Итого стоимость обеда					64,23
Итого стоимость за день					121,66
