

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 17.01.2022, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
10	Сыр (порциями)	2,44	2,66		35
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		27,94	27,36	115,44	825,15
Итого стоимость завтрака					59,76
<u>Обед</u>					
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	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		58,3	50,89	218,07	1 572,15
Итого стоимость обеда					61,90
Итого стоимость за день					121,66

— —
—————