

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 19.10.2021, Кисак Каин ООШ, шк.зав.+обед с

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

Завтрак

60	Котлеты из мяса п/ф 60	11	8	10	160
20	Масло слив. (порциями) 20	1	1,8	134	4
220	Каша молочная пшеничная жидккая				
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		23,2	13,6	223,49	560,19
Итого стоимость завтрака					64,32

Обед

80	Салат Витаминный 80	1,28	3,68	8,88	72
10	Сыр (порциями)	2,44	2,66		35
250/40	Суп уря с птицей	13,3	10,3	18,9	223
90	Рыба, тушеная в томате с овощами	13,92	6,96	2,82	129,6
200	Картофель отварной	3,91	4,46	29,46	177
200	Напиток яблочный			23,5	89
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
Итого за Обед		42,05	29,06	126,56	934,6
Итого за день		65,25	42,66	350,05	1 494,79
Итого стоимость обеда					74,20
Итого стоимость за день					138,52
