

Согласовано:



Утверждаю:

[Signature]

Меню

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

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|--------------------------|---|-------|-------|----------|--------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |
| 60 | Котлеты из мяса п/ф 60 | 11 | 8 | 10 | 160 |
| 20 | Масло слив. (порциями) 20 | 1 | 1,8 | 134 | 4 |
| 220 | Каша молочная пшенная жидкая | | | | |
| 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 |
| <u>Обед</u> | | | | | |
| 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 |
