

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 21.10.2021, Кисак Каин ООШ, шк.зав.+обед с

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

Завтрак

20	Сыр (порциями)	5,26	5,32		70
200	Запеканка из творога 200/20	37,1	27,3	49,2	595
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
100	Батон нарезной 100	7,2	2,8	47,7	229
	Итого за Завтрак	49,66	35,42	106,2	931

Итого стоимость завтрака

64,32

Обед

80	Салат из белокочанной капусты 80	1,7	3,6	8,27	71,6
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
250	Суп свекольник	2	5,1	13,7	108
60	Бефстроганов из отварного мяса	12,48	9,78	1,92	146,4
180	Каша гречневая рассыпчатая 180/7	10,4	6,8	45,4	288
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
	Итого за Обед	34,78	26,28	132,49	915
	Итого за день	84,44	61,7	238,69	1 846
	Итого стоимость обеда				74,20
	Итого стоимость за день				138,52
