

Согласовано:



Утверждаю:

Меню

на 16.09.2022, Кисак Каин ООШ, шк.зав.+обед с

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность ь |
|--------------------------|---|-------|-------|----------|-------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая 180/7 | 10,4 | 6,8 | 45,4 | 288 |
| 50 | Салат Пестрый | 0,5 | 2,5 | 5,2 | 45 |
| 60 | Гуляш из отварной говядины | 8,46 | 8,52 | 1,92 | 119,4 |
| 200 | Чай с сахаром | 0,1 | | 9 | 35 |
| 50 | Хлеб пшеничный витаминизированный 50 | 7,5 | 1 | 45 | 219 |
| Итого за Завтрак | | 26,96 | 18,82 | 106,52 | 706,4 |
| Итого стоимость завтрака | | | | | 67,21 |
| <u>Обед</u> | | | | | |
| 200 | Чай с сахаром | 0,1 | | 9 | 35 |
| 250 | Суп картофельный с бобовыми и грёнками | 7,9 | 4,3 | 31,5 | 199 |
| 60 | Куры отварные | 15 | 12,6 | 0,2 | 174 |
| 200 | Картофель отварной | 3,91 | 4,46 | 29,46 | 177 |
| 60 | Хлеб пшеничный витаминизированный 60 | 9 | 1,2 | 54 | 262,8 |
| Итого за Обед | | 35,91 | 22,56 | 124,16 | 847,8 |
| Итого за день | | 62,87 | 41,38 | 230,68 | 1 554,2 |
| Итого стоимость обеда | | | | | 74,15 |
| Итого стоимость за день | | | | | 141,36 |