

Согласовано:

Утверждаю:



## Меню

на 14.10.2021, Прогресс СОШ, шк.зав.+обед с

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<b><u>Завтрак</u></b>					
100	Винегрет овощной	1,3	2,3	7,2	54
60	Рыба припущеная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
200	Каша рисовая рассыпчатая	4,7	5,2	49	266
200	Сок фруктовый	1		20,2	92
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
1	Печенье Чоко пай				
<b>Итого за Завтрак</b>		28,5	12,8	121,8	725
<b>Итого стоимость завтрака</b>					<b>64,32</b>
<b><u>Обед</u></b>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
25	мясо отварное для первых блюд 25г				
250	Суп картофельный с клецками	1,7	2,9	11	77
80/40	Тефтели из говядины с рисом 80/40	9,2	13	10,7	197
200	Макаронные изделия отварные 200/8	7,36	6,55	43,82	268,18
200	Компот из кураги	1,3	0,1	32,4	130
50	Хлеб рж-пшеничный витаминизированный	7,2	1	43	209
<b>Итого за Обед</b>		27,19	25,8	143,17	913,05
<b>Итого за день</b>		55,69	38,6	264,97	1 638,05
<b>Итого стоимость обеда</b>					<b>74,20</b>
<b>Итого стоимость за день</b>					<b>138,52</b>