

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 10.12.2021, Кисак Каин СОШ , шк.завтр мл.сел

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийност ь
<u>Завтрак</u>					
50	Помидоры свежие порционно 50	0,43	2,25	2,25	31,87
250	Апельсины 250	2,25	0,5	26,04	100
300	Яблоки свежие 300	1,2		29,38	124,78
1	Сок 0,2	1	0,2	20	92
50	Коржик молочный	3,15	5,75	33,8	190
60	Котлеты рубленные из птицы п/ф 60	8	11	6	158
180	Каша молочная ячневая вязкая	6,2	7,2	32,2	219
200	Чай с сахаром	0,1		9	35
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45	219
180	Яблоки	0,72		17,63	74,87
1000	Сок 1л				
Итого за Завтрак		30,55	27,9	221,3	1 244,52
Итого за день		30,55	27,9	221,3	1 244,52
Итого стоимость завтрака					118,94

— — —