СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ "Самотовинская СОШ"
_____И.Н. Стручкова

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Филин Андрей Сергеевич
_____ Филин А.С.

МЕНЮ

День 1 на "21" 12 2020г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**63,90**	**71,60**
Сардельки, колбаски (сосиски) отварные	49	80	5,40	7,98	5,36	8,75	2,94	4,80	127,74	185,26		
Изделия макаронные отварные	160	180	6,20	6,54	4,70	5,08	39,50	40,00	225,06	235,51		
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	200	3,79	3,79	3,40	3,40	19,47	19,47	123,66	123,60		
Сыр (порциями)	10	15	2,30	3,45	3,00	4,50	0,00	0,00	35,83	53,70		
Хлеб из муки пшеничной	20	50	1,50	3,95	0,60	1,50	10,30	24,15	52,34	130,75		
Итого за прием			**19,19**	**25,71**	**17,06**	**23,23**	**72,21**	**88,42**	**564,64**	**728,82**		
Обед											**74,20**	**86,50**
Икра кабачковая	45	45	0,71	0,71	2,41	2,41	3,77	3,77	39,38	39,38		
Суп из овощей	200	250	1,43	1,79	3,09	3,86	8,12	10,16	66,65	83,31		
Тефтели мясные	80	100	6,50	8,13	7,21	9,01	8,58	10,72	125,60	157,00		
Каша рисовая рассыпчатая	150	180	3,78	4,54	7,78	9,34	39,29	47,15	242,00	290,40		
Компот из апельсинов	200	200	0,45	0,45	0,10	0,10	33,99	33,99	141,20	141,20		
Хлеб ржаной	40	50	2,75	3,43	0,49	0,62	13,89	17,37	69,39	86,73		
Хлеб пшеничный	30	40	2,37	3,00	1,00	1,20	14,49	20,56	71,67	104,68		
Итого за прием			**17,99**	**22,05**	**22,08**	**26,54**	**122,13**	**143,72**	**755,89**	**902,70**		
Полдник											**36,2**	**38,8**
Ватрушка	80	80	9,22	9,22	5,48	5,48	29,18	29,18	202,00	202,00		
Фрукты свежие груши	100	100	0,40	0,40	0,30	0,30	10,30	10,30	47,00	47,00		
Сок абрикосовый	200	200	1,00	1,00	0,20	0,20	20,20	20,20	85,68	85,68		
Итого за прием			**10,62**	**10,62**	**5,98**	**5,98**	**59,68**	**59,68**	**334,68**	**334,68**		
Итого за день			**47,80**	**58,38**	**45,12**	**55,75**	**254,02**	**291,82**	**1655,21**	**1966,20**		

Ответственный за питание:_____ Повар:_____