

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 09.12.2021, МБОУ Школа (младшие)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
10	15	Сыр порциями	Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3	
60	345	Биточки рыбные п/ф <i>Рыбные биточки, 76г., Масло растительное</i>	Калорийность-27, Жиры-3	
170	312	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	Калорийность-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25	
200	507	Компот из свежих яблок <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
200		Сок фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
20		Печенье "Тузик"		
Итого за Завтрак			Калорийность-567, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-100	
Итого за день			Калорийность-567, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-100	

Шеф-повар _____

Калькулятор _____