

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:
Гиб.
Умурбаева З.Ф.



Меню

на 25.03.2022, МБОУ Школа (младшие)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

30/30	368	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина котлетное, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-153, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-2	
170	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло растительное</i>	Калорийность-264, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	
200	300	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
22	609	Печенье	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
Итого за Завтрак			Калорийность-662, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-93	
Итого за день			Калорийность-662, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-93	

Шеф-повар

Калькулятор

(Шарипова А.В.)