

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:
Гульф
Умурбаева З.Ф.



Меню

на 23.03.2022, 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>				
20	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-3, Углеводы-1	
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
150	312	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>	Калорийность-145, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22	
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	
Итого за Завтрак			Калорийность-443, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-59	
Итого за день			Калорийность-443, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-59	

Шеф-повар

Калькулятор

(Шарипова А.В.)