

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.



Меню

на 04.04.2022, МБОУ Школа (младшие)

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

Завтрак

60	389	Тефтели из говядины <i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-197, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-12	
30	453	Соус томатный <i>Мука пшеничная, Масло сливочное (И), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2	
160	203	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>	Калорийность-225, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-40	
200	300	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
		Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом		
50	108		Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
200	518	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
Итого за Завтрак			Калорийность-694, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-108	
Итого за день			Калорийность-694, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-108	

Шеф-повар

Калькулятор

(Шарипова А.В.)