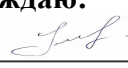


Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 26.10.2021, МБОУ Школа (младшие инвалиды и ОВЗ)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
185/5	175	Каша "Дружба" с м/сл <i>Крупа рисовая, Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-193, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-27	
60		Плюшка московская	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	
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-562, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-96	
<u>Обед</u>				
60	4	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>Капуста белокочанная, Морковь, Масло растительное, Сахар, Кислота лимонная, Соль</i>	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	
200	113	Суп-лапша домашняя <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль, Лук репчатый, Масло растительное</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
45/45	290	Птица, тушенная в соусе <i>Куриная грудка, Сметана, Мука пшеничная</i>	Калорийность-154, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-3	
150	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-238, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
180	512	Компот из изюма	Калорийность-56, Углеводы-13	
25	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
40	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	
Итого за Обед			Калорийность-771, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-99	
Итого за день			Калорийность-1 333, Белки-41, Жиры-43, Углеводы-196	121-66

Шеф-повар

Калькулятор