

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:
Гульф
Умурбаева З.Ф.



Меню

на 21.02.2022, МБОУ Школа (младшие)

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

Завтрак

10	15	Сыр порциями	Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3	
60	389	Тефтели из говядины п/ф	Калорийность-197, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-12 <i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное</i>	
30	453	Соус томатный	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2 <i>Мука пшеничная, Масло сливочное Краснокамский р-н, Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	
150	203	Макаронные изделия отварные	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37 <i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное Краснокамский р-н, Соль йодированная</i>	
200	300	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10 <i>Чай, Сахар</i>	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22	
Итого за Завтрак			Калорийность-610, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-83	

Итого за день Калорийность-610, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-83

Шеф-повар

Калькулятор

(Шарипова А.В.)