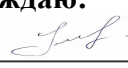


Согласовано:  
Директор МБОУ



Утверждаю:  
  
Умурбаева З.Ф.

# Меню

на 28.10.2021, МБОУШкола (младшие инвалиды и ОВЗ)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>				
120/20	313	<b>Запеканка из творога со сгущенным молоком</b> <i>Творог, Крупа манная, Яйцо, Сахар, Ванилин, Сметана, Сухари панировочные, Масло растительное, Молоко сгущенное</i>	Калорийность-375, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-31	
200	300	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
200		<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-625, Белки-28, Жиры-18, Углеводы-86	
<b><u>Обед</u></b>				
60	2	<b>Салат витаминный</b> <i>Капуста белокочанная, Яблоки, Морковь, Сахар, Масло растительное, Кислота лимонная, Соль</i>	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	
200/5	95	<b>Рассольник домашний</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль , Сметана</i>	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
30/150	319	<b>Птица, тушенная в соусе с овощами</b> <i>Куриная грудка, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Соль , Сметана</i>	Калорийность-230, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-19	
200	512	<b>Компот из изюма</b> <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
65	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом</b>	Калорийность-153, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-685, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-97	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 310, Белки-47, Жиры-42, Углеводы-183	<b>121-66</b>

Шеф-повар

Калькулятор