

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 28.01.2022, 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>				
30/30	368	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина котлетное, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-153, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-2	
170	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло растительное</i>	Калорийность-264, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	
200	377	Чай с лимоном и сахаром <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-62, Углеводы-15	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22	
30	609	Печенье	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-21	
Итого за Завтрак			Калорийность-703, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-101	
Итого за день			Калорийность-703, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-101	

Шеф-повар _____

Калькулятор _____