

Согласовано:  
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

# Меню

на 19.01.2022, МБОУ Школа (младшие)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>				
30/150	259	<b>Жаркое по-домашнему</b> <i>Говядина котлетное, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-258, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-21	
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	518	<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-507, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-76	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-507, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-76	

Шеф-повар

Калькулятор