

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 17.03.2022, 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>				
145/5	301	Омлет натуральный с м/сл <i>Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-274, Белки-15, Жиры-23, Углеводы-3	
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	
100		Йогурт фруктовый	Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	
Итого за Завтрак			Калорийность-536, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-48	
Итого за день			Калорийность-536, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-48	

Шеф-повар

Калькулятор

(Шарипова А.В.)