

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) |
|-----------|--------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

| | | | | |
|-------------------------|-----|--|--|--|
| 145/5 | 301 | Омлет натуральный с м/сл <i>Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</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.)