

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 31.01.2022, 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>				
60	296	Котлеты из птицы п/ф <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
150	203	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное Краснокамский р-н, Соль йодированная</i>	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37	
200	300	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-548, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-82	
Итого за день			Калорийность-548, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-82	

Шеф-повар _____

Калькулятор _____