

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:
Гульф
Умурбаева З.Ф.



Меню

на 05.05.2022, МБОУ Школа (младшие)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

60/30	389/4 53	Тефтели из говядины в томатном соусе	Калорийность-220, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-14 <i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное (И), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	
160	203	Макаронные изделия отварные	Калорийность-222, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-40 <i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>	
200	300	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7 <i>Чай, Сахар</i>	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
200	518	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	

Итого за Завтрак Калорийность-680, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-105

Итого за день Калорийность-680, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-105

Шеф-повар

Калькулятор

(Шарипова А.В.)