

Согласовано:
МБОУ



Утверждаю:

Гусев

Меню

на 27.12.2021, МБОУ Школа (младшие)

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

Завтрак

10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7
60	296	Котлеты из птицы п/ф	Калорийность-171, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-8
		<i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	
150	203	Макаронные изделия отварные	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37
		<i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	
200	300	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10
		<i>Чай, Сахар</i>	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
200		Сок фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12
20		Печенье "Тузик"	

Итого за Завтрак Калорийность-740, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-109

Итого за день Калорийность-740, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-109 **144-43**

Шеф-повар

Калькулятор