

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.



Меню

на 18.11.2021, 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** Калорийность-274, Белки-15, Жиры-23, Углеводы-3

Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль, Масло сливочное

200 300 **Чай с сахаром** Калорийность-40, Углеводы-10

Чай, Сахар

50 108 **Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом** Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25

100 **Йогурт фруктовый** Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9

Итого за Завтрак Калорийность-527, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-46

Итого за день Калорийность-527, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-46

Шеф-повар _____

Калькулятор _____