

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 13.05.2022, МБОУ Школа (младшие)

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

Завтрак

50	51	Маринад овощной	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5
		<i>Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Кислота лимонная, Сахар, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	
30/170	291	Плов из отварной птицы	Калорийность-407, Белки-12, Жиры-19, Углеводы-47
		<i>Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная</i>	
200	300	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7
		<i>Чай, Сахар</i>	
		Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	
50	108	питания с витаминами и железом	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25
22	609	Печенье	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16
		Итого за Завтрак	Калорийность-708, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-99
		Итого за день	Калорийность-708, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-99

Шеф-повар

Калькулятор