

Согласовано:  
Директор МБОУ

Утверждаю:  
*З.Ф.*  
Умурбаева З.Ф.



## Меню

на 20.01.2022, МБОУ Школа (младшие)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u><b>Завтрак</b></u>				
180/5	301	<b>Омлет натуральный с м/сл</b>	Калорийность-334, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-3 <i>Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль йодированная, Масло сливочное Краснокамский р-н</i>	
200/15/ 7	377	<b>Чай с лимоном и сахаром</b>	Калорийность-69, Углеводы-17 <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	
50	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
100		<b>Йогурт фруктовый</b>	Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	
		<b>Итого за Завтрак</b>	Калорийность-616, Белки-28, Жиры-31, Углеводы-53	
		<b>Итого за день</b>	Калорийность-616, Белки-28, Жиры-31, Углеводы-53	

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_