

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:
Гульф
Умурбаева З.Ф.



Меню

на 18.02.2022, МБОУ Школа (младшие)

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

Завтрак

60	4	Салат из белокочанной капусты с морковью	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6 <i>Капуста белокочанная, Морковь, Масло растительное, Сахар, Кислота лимонная, Соль йодированная</i>	
40/170	406	Плов из отварной птицы	Калорийность-441, Белки-14, Жиры-22, Углеводы-46 <i>Куриная грудка, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Крупа рисовая, Соль йодированная</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	

Итого за Завтрак Калорийность-659, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-83

Итого за день Калорийность-659, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-83

Шеф-повар

Калькулятор

(Шарипова А.В.)