

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 18.11.2021, МБОУ Школа (старшие)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
180/5	301	Омлет натуральный с м/сл <i>Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-334, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-3	
100		Йогурт фруктовый	Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	
200	300	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-153, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32	
Итого за Завтрак			Калорийность-622, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-54	
Итого за день			Калорийность-622, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-54	64-32

Шеф-повар

Калькулятор