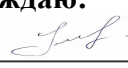


Согласовано:  
Директор МБОУ



Утверждаю:  
  
Умурбаева З.Ф.

# Меню

на 27.09.2021, Школа (старшие инвалиды и ОВЗ)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>				
60	412	<b>Котлеты из птицы п/ф</b> <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-171, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-8	
170	203	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <i>Макаронные изделия гр. А, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-233, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-41	
200	300	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
65	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом</b>	Калорийность-153, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32	
120	112	<b>Фрукты свежие</b>	Калорийность-56, Углеводы-12	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-653, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-103	
<b><u>Обед</u></b>				
60	59	<b>Салат из моркови и яблок</b> <i>Морковь, Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-27, Белки-1, Углеводы-6	
250/10	82	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b> <i>Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Соль, Сметана</i>	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14	
30/170	98	<b>Жаркое по-домашнему</b> <i>Говядина котлетное, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста, Соль</i>	Калорийность-282, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-24	
200	503	<b>Кисель плодово-ягодный</b> <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
40	109	<b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-17	
55	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом</b>	Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-774, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-121	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 427, Белки-42, Жиры-39, Углеводы-224	<b>138-52</b>

Шеф-повар

Калькулятор

()