

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 13.12.2021, МБОУ Школа (младшие)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7	
60	296	Котлеты из птицы п/ф <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-171, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-8	
150	291	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	Калорийность-232, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37	
200	300	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22	
200		Сок фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
20		Печенье "Тузик"		
Итого за Завтрак			Калорийность-762, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-109	
Итого за день			Калорийность-762, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-109	144-43

Шеф-повар _____

Калькулятор _____