

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 27.10.2021, 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>				
30/170/ 5	284	Картофельная запеканка с мясом <i>Говядина котлетное, Масло растительное, Картофель, Лук репчатый, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль</i>	Калорийность-368, Белки-14, Жиры-18, Углеводы-38	
100		Йогурт фруктовый	Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	
200	507	Компот из свежих яблок <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-153, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32	
Итого за Завтрак			Калорийность-694, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-97	
Итого за день			Калорийность-694, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-97	64-32

Шеф-повар

Калькулятор
