

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:
Гульф
Умурбаева З.Ф.



Меню

на 21.12.2021, МБОУ Школа (младшие)

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

Завтрак

200/5	182	Каша пшеничная молочная жидкая с м/сл. <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	Калорийность-257, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-38	
60		Булочка домашняя		
200/15/7	377	Чай с лимоном и сахаром <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-62, Углеводы-15	
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	
15		Шоколад молочный "Аленка"		
200		Сок фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
Итого за Завтрак			Калорийность-664, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-127	
Итого за день			Калорийность-664, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-127	144-43

Шеф-повар

Калькулятор
