

Согласовано:  
Директор МБОУ

Утверждаю:  
Умурбаева З.Ф.



# Меню

на 01.12.2021, МБОУ Школа (младшие)

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	75	<b>Икра морковная</b> <i>Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сахар</i>	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	
60/180/ 5	284	<b>Картофельная запеканка с мясом</b> <i>Говядина котлетное, Масло растительное, Картофель, Лук репчатый, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль</i>	Калорийность-368, Белки-14, Жиры-18, Углеводы-38	
200	507	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
50	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
100		<b>Йогурт фруктовый</b>	Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	
200		<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
140	112	<b>Фрукт мандарин</b>	Калорийность-49, Белки-1, Углеводы-10	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-857, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-126	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-857, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-126	<b>144-43</b>

Шеф-повар

\_\_\_\_\_

Калькулятор

\_\_\_\_\_