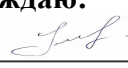


Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 25.10.2021, МБОУ Школа (младшие) ОВЗ

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
60	296	Котлеты из птицы п/ф <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-171, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-8	
150	203	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37	
200	300	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
120	112	Фрукт свежий	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-596, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-92	
<u>Обед</u>				
60	59	Салат из моркови и яблок <i>Морковь, Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-27, Белки-1, Углеводы-6	
200/5	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной <i>Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Соль, Сметана</i>	Калорийность-178, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-10	
30/150	259	Жаркое по-домашнему <i>Говядина котлетное, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста, Соль</i>	Калорийность-258, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-21	
200	503	Кисель плодово-ягодный <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
25	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
40	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	
Итого за Обед			Калорийность-740, Белки-31, Жиры-23, Углеводы-101	
Итого за день			Калорийность-1 336, Белки-51, Жиры-38, Углеводы-193	121-66

Шеф-повар

Калькулятор