

Согласовано:  
Директор МБОУ

Утверждаю:  
*Гиб.*  
Умурбаева З.Ф.



# Меню

на 09.02.2022, МБОУ Школа (младшие)

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

## Завтрак

60	2	<b>Салат витаминный</b> <i>Капуста белокочанная, Яблоки, Морковь, Сахар, Масло растительное, Кислота лимонная, Соль йодированная</i>	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6	
30/30	290	<b>Птица, тушенная в соусе</b> <i>Куриная грудка, Сметана, Мука пшеничная</i>	Калорийность-102, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-2	
150	171	<b>Каша рассыпчатая из гречневой крупы</b> <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло растительное</i>	Калорийность-238, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	300	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	

**Итого за Завтрак** Калорийность-572, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-79

**Итого за день** Калорийность-572, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-79

Шеф-повар

\_\_\_\_\_

Калькулятор

\_\_\_\_\_

(Шарипова А.В.)