

Согласовано:
Директор МБОУ

Утверждаю:
Гульф
Умурбаева З.Ф.



Меню

на 22.11.2021, МБОУ Школа (младшие)

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

Завтрак

10	15	Сыр порциями	Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3	
60	389	Тефтели из говядины п/ф <i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-197, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-12	
30	453	Соус томатный (КП) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Сахар, Соль</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2	
150	291	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль , Масло сливочное</i>	Калорийность-232, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37	
200	300	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22	
Итого за Завтрак			Калорийность-632, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-83	
Итого за день			Калорийность-632, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-83	57-43

Шеф-повар

Калькулятор
