

Согласовано:  
Директор МБОУ

Утверждаю:  
Умурбаева З.Ф.



# Меню

на 06.12.2021, 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>				
10	15	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3	
60	389	<b>Тефтели из говядины п/ф</b> <i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-197, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-12	
30	453	<b>Соус томатный (КП)</b> <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Сахар, Соль</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2	
150	203	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия гр. А, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37	
200	300	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
		<b>Хлеб пшеничный для детского</b>		
50	108	<b>питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	
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	
20		<b>Печенье "Тузик"</b>		
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-764, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-115	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-764, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-115	<b>144-43</b>

Шеф-повар

\_\_\_\_\_

Калькулятор

\_\_\_\_\_