

Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 15.11.2021, МБОУ Школа (старшие)

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	
170	203	Макаронные изделия отварные с маслом <i>Макаронные изделия гр. А, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-236, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-42	
200	300	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	
120	112	Фрукт свежий	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-639, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-100	
Итого за день			Калорийность-639, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-100	64-32

Шеф-повар

Калькулятор