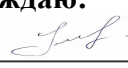


Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 09.09.2021, Школа (младшие инвалиды и ОВЗ)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
60	345	Биточки рыбные п/ф <i>Рыбные биточки, 76г., Масло растительное</i>	Калорийность-27, Жиры-3	
150	312	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-145, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22	
200	507	Компот из свежих яблок <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
120	112	Фрукты свежие	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-425, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-77	
<u>Обед</u>				
60	7	Салат из моркови <i>Морковь, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5	
200	102	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель, Горох, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-121, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-15	
40/170	292	Птица, тушенная в соусе с овощами <i>Куриная грудка, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста, Соль</i>	Калорийность-285, Белки-5, Жиры-16, Углеводы-30	
200	302	Чай с лимоном и сахаром <i>Лимон, Сахар, Чай</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	
25	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	
40	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед			Калорийность-671, Белки-16, Жиры-26, Углеводы-89	
Итого за день			Калорийность-1 096, Белки-23, Жиры-35, Углеводы-166	121-66

Шеф-повар

Калькулятор

()