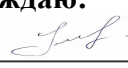


Согласовано:  
Директор МБОУ



Утверждаю:  
  
Умурбаева З.Ф.

# Меню

на 09.09.2021, Школа (старшие инвалиды и ОВЗ)

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>				
60	345	<b>Биточки рыбные п/ф</b> <i>Рыбные биточки, 76г., Масло растительное</i>	Калорийность-27, Жиры-3	
180	312	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-175, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-26	
200	507	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
65	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом</b>	Калорийность-153, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	
120	112	<b>Фрукты свежие</b>	Калорийность-56, Углеводы-12	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-490, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-88	
<b>Обед</b>				
60	7	<b>Салат из моркови</b> <i>Морковь, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5	
250	102	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <i>Картофель, Горох, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-151, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19	
40/170	292	<b>Птица, тушенная в соусе с овощами</b> <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	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>Лимон, Сахар, Чай</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	
40	109	<b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
55	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом</b>	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-766, Белки-18, Жиры-29, Углеводы-107	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 256, Белки-27, Жиры-39, Углеводы-195	<b>138-52</b>

Шеф-повар

Калькулятор

()