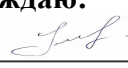


Согласовано:
Директор МБОУ



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 24.12.2021, МБОУ Школа (младшие)

| Выход (г) | № рец. | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | |
| 10 | 14 | Масло сливочное порциями | Калорийность-66, Жиры-7 | |
| 60/40 | 368 | Гуляш из отварной говядины <i>Говядина котлетное, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i> | Калорийность-275, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-3 | |
| 170 | 171 | Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло растительное</i> | Калорийность-264, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41 | |
| 200/15/ 7 | 377 | Чай с лимоном и сахаром <i>Чай, Сахар, Лимон</i> | Калорийность-62, Углеводы-15 | |
| 50 | 109 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит. | Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22 | |
| 20 | | Печенье "Тузик" | | |
| 100 | | Йогурт фруктовый | Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9 | |
| 210 | | Апельсин | Калорийность-90, Белки-2, Углеводы-17 | |
| Итого за Завтрак | | | Калорийность-957, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-106 | |
| Итого за день | | | Калорийность-957, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-106 | 144-43 |

Шеф-повар _____

Калькулятор _____