

УТВЕРЖИ
Директор



И.В. Девятова

МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж

от 7 до 12 лет

на 01.02.2024

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|----------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Салат из белокачанной капусты | 100 | 1,5 | 6,0 | 8,4 | 94,0 |
| Макаронные изделия отварные | 200 | 7,4 | 6,6 | 39,4 | 246,0 |
| Азу | 100 | 13,3 | 12,7 | 4,0 | 184,0 |
| Компот из яблок с лимоном | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,1 | 46,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 4,0 | 2,0 | 24,0 | 120,0 |
| Итого за завтрак | 650 | 26,3 | 27,4 | 86,9 | 690,0 |

от 12 лет и старше

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Макаронные изделия отварные | 200 | 7,4 | 6,6 | 39,4 | 246,0 |
| Азу | 100 | 13,3 | 12,7 | 4,0 | 184,0 |
| Компот из яблок с лимоном | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,1 | 46,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 4,0 | 2,0 | 24,0 | 120,0 |
| Итого за завтрак | 550 | 24,8 | 21,4 | 78,5 | 596,0 |

Повар: Карачкова Н.А.