

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

А.В. Девятова

**МЕНЮ**

для организации горячего питания  
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж  
от 7 до 12 лет  
на 11.03.2024

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша манная молочная жидкая	200/5	6,2	6,6	31,2	209,0
Оладьи	100/5	7,5	9,4	37,9	268,0
Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	1,0	0,2	20,2	86,0
Батон	50	3,8	1,5	25,7	99,0
Бутерброд с сыром (2 вариант)	30	5,2	7,8	7,4	121,0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>595</b>	<b>23,7</b>	<b>25,5</b>	<b>122,4</b>	<b>783,0</b>

от 12 лет и старше

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша манная молочная жидкая	200/5	6,2	6,6	31,2	209,0
Оладьи	100/5	7,5	9,4	37,9	268,0
Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40,0
Батон	50	3,4	1,8	23,1	89,1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>595</b>	<b>17,4</b>	<b>17,9</b>	<b>101,7</b>	<b>606,1</b>

Повар: Кардакова Н.А.