УТВЕРЖДАЮ
Директор школы _____ А.В. Девятова

МЕНЮ

для организаций горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
от 7 до 12 лет
на *13.03.2024*

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	100	1,2	5.1	5.5	73,0
Борщ с капустой и картофелем	200	1,5	3.3	5.5	60,0
Жаркое по-домашнему	150	14,1	10.7	19,4	230,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0.1	20,1	84,0
Хлеб ржано-пшеничный	50	4,0	2.0	24,0	120,0
Итого за завтрак	700	**21,4**	21.4	74,5	**567,3**

от 12 лет и старше

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Борщ с капустой и картофелем	250	5,6	4.3	7.0	75,0
Жаркое по-домашнему	100	9,4	7.2	12,9	153,5
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0.1	20,1	84,0
Хлеб ржано-пшеничный	50	4,0	2.0	24,0	120,0
Итого за завтрак	600	**19,6**	13.7	64,0	**432,5**

Повар: Кардакова Н.А.