

УТВЕРЖИ  
Директор



И.В. Девятова

### МЕНЮ

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

от 7 до 12 лет

на 14.03.2024 - -

### 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
<b>Итого за завтрак</b>	<b>650</b>	<b>26,3</b>	<b>27,4</b>	<b>86,9</b>	<b>690,0</b>

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
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>24,8</b>	<b>21,4</b>	<b>78,5</b>	<b>596,0</b>

Повар: Кардыкова Н.А.