

УТВЕРЖИ
Директор



МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
от 7 до 12 лет
на 15. 11. 2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,8	6,5	19,7	160,0
Оладьи	107,5	7,5	9,4	37,9	268,0
Соки овощные, фруктовые, соевые	200	1,0	0,2	20,2	86,0
Батон	50	3,8	1,5	25,7	99,0
Бутерброд с сыром (2 варианта)	35	5,3	7,8	7,4	121,0
Итого за завтрак	590	23,3	25,4	110,9	734,0

от 12 лет и старше

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,8	6,5	16,4	160,0
Оладьи	107,5	7,5	9,4	37,9	268,0
Чай с джемом	200	0,3	0,1	9,5	40,0
Батон	50	3,8	1,5	25,7	99,0
Итого за завтрак	555	17,4	17,5	89,5	567,0

Повар: Карачкова Н.А.