



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы _____
А.В. Девятова

МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
от 7 до 12 лет
на 20.12.2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	100	1,2	5,1	5,5	73,0
Суп картофельный с бобовыми	200	5,0	2,9	11,7	92,6
Картофель, тушеный с луком и томатами	150	5,0	2,4	21,0	125,0
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	15,8	12,5	82,3	494,6

от 12 лет и старше

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	100	1,2	5,1	5,5	73,0
Суп картофельный с бобовыми	250	6,3	3,6	14,6	115,8
Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	181,0	75,6
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	0,8	9,6	48,0
Итого за завтрак	550	9,6	9,6	210,7	312,4

Повар: Кардакова Н.А.