

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы



### МЕНЮ

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

на 22.03.2024

#### ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокачанной капусты с яблоками	100	1,2	6,2	6,0	85,0
Макаронные изделия отварные	200	7,4	6,6	39,4	246,0
Птица в соусе с томатами	140	13,3	15,5	3,1	205,0
Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,0	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржано-пшеничный	50	4,0	2,0	24,0	120,0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>690</b>	<b>25,9</b>	<b>30,3</b>	<b>87,5</b>	<b>716,0</b>

от 12 лет и старше

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокачанной капусты с яблоками	100	1,2	6,2	6,0	85,0
Макаронные изделия отварные	200	7,4	6,6	39,4	246,0
Птица в соусе с томатами	140	13,3	15,5	3,1	205,0
Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,0	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржано-пшеничный	50	4,0	2,0	24,0	120,0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>690</b>	<b>25,9</b>	<b>30,3</b>	<b>87,5</b>	<b>716,0</b>

Повар: Кардакова Н.А.