

УТВЕРЖДЕНО
 Директор школы
 А.В. Девятова

МЕНЮ

для организации горячего питания
 учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
 от 7 до 12 лет
 на 25.12.2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Все блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокачанной капусты с яблоками	100	1,2	6,2	6,0	85,0
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,8	8,8	52,3	335,8
Птица отварная	70	12,2	9,0	0,2	130,5
Кисель из повидла, джема и варенья	200	0,2	0,0	27,6	110,0
Хлеб ржано-пшеничный	50	4,0	2,0	24,0	120,0
Итого за завтрак	630	29,4	26,0	110,1	781,3

от 12 лет и старше

Наименование блюда	Все блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кисель из повидла, джема и варенья	200	11,8	8,8	52,3	335,8
Птица отварная	100	16,2	12,0	0,3	174,0
Кисель из повидла	200	0,2	0,0	27,6	110,0
Хлеб ржано-пшеничный	50	4,0	2,0	24,0	120,0
Итого за завтрак	550	32,2	22,8	104,2	739,8

Повар: Кардакова Н.А.