

УТВЕРЖАЮ
Директор



А.В. Девятова

МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
от 7 до 12 лет
на 27.12.2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	100	1,2	5,1	5,5	73,0
Борщ с капустой и картофелем	200	1,5	3,3	5,5	60,0
Жаркое по-домашнему	150	14,1	10,7	19,4	230,3
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	21,4	21,4	74,5	567,3

от 12 лет и старше

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Борщ с капустой и картофелем	250	5,6	4,1	7,0	75,0
Жаркое по-домашнему	100	9,4	7,1	12,9	153,5
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	600	19,6	13,7	64,0	432,5

Повар: Кардыкова Н.А.