



МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж

от 7 до 12 лет
на 08.10.2024

неделя 2 день 7
осенне-зимний сезон
ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат витаминный	100	1,2	5,1	5,5	73,0
Макаронные изделия отварные	200	7,4	6,6	39,4	246,0
Азу	100	13,3	12,7	4,0	184,0
Компот из яблок с лимоном	200	0,1	0,1	11,1	46,0
Хлеб местный	50	4,0	2,0	24,0	120,0
Итого за завтрак	650,0	26,0	26,5	84,0	669,0



МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж

от 12 лет и старше
на 08.10.2024

неделя 2 день 7
осенне-зимний сезон
ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макаронные изделия отварные	200	7,4	6,6	39,4	246,0
Азу	100	13,3	12,7	4,0	184,0
Чай с лимоном	200	0,1	0,1	11,1	46,0
Хлеб местный	50	4,0	2,0	24,0	120,0
Итого за завтрак	550,0	24,8	21,4	78,5	596,0

Повар: Кардакова Н.А.