



МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
от 7 до 12 лет
на 25.11.2024

неделя 1 день 1
осенне-зимний сезон
ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес | Пищевые вещества | | | Энергети |
|-----------------------------|------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | |
| Каша манная молочная жидкая | 205 | 6,2 | 6,6 | 31,2 | 209,0 |
| Оладьи | 160 | 12,0 | 15,0 | 60,6 | 426,0 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0,1 | 9,5 | 40,0 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,6 | 44,0 |
| Итого за завтрак | 595 | 18,9 | 22,1 | 110,9 | 719,0 |



МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
от 12 лет и старше
на 25.11.2024

неделя 1 день 1
осенне-зимний сезон
ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергети ческая |
|-----------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|--------------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Каша манная молочная жидкая | 205 | 6,2 | 6,6 | 31,2 | 209,0 |
| Оладьи | 160 | 12,0 | 15,0 | 60,6 | 426,0 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0,1 | 9,5 | 40,0 |
| Итого за завтрак | 565,0 | 18,5 | 21,7 | 101,3 | 675,0 |

Повар: Кардакова Н.А.