

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

А.В. Девятова

МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
от 7 до 12 лет
на 29.10.2024

неделя 1 день 2
осенне-зимний сезон
ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | 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 |
| Котлета из говядины | 100 | 17,6 | 12,3 | 15,0 | 243,0 |
| Компот из яблок с лимоном | 200 | 0,3 | 0,2 | 14,2 | 60,0 |
| Хлеб местный | 50 | 4,0 | 2,0 | 24,0 | 120,0 |
| Итого за завтрак | 650 | 30,5 | 26,2 | 98,1 | 742,0 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

А.В. Девятова

МЕНЮ

для организации горячего питания
учащихся МКОУ ООШ с. Мари-Малмыж
от 12 лет и старше
на 29.10.2024

неделя 1 день 2
осенне-зимний сезон
ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая |
|-----------------------------|------------|------------------|-------------|-------------|----------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Котлета из говядины | 100 | 17,6 | 12,3 | 15,0 | 243,0 |
| Макаронные изделия отварные | 200 | 7,4 | 6,6 | 39,4 | 246,0 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,3 | 0,2 | 14,2 | 60,0 |
| Хлеб местный | 50 | 4,0 | 2,0 | 24,0 | 120,0 |
| Итого за завтрак | 550 | 29,3 | 21,1 | 92,6 | 669,0 |

Повар: Кардакова Н.А.