



**Ежедневное меню завтраков  
 МБОУ СОШ № 5**

**Возрастная категория: 1- 4 класс**

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углев оды
завтрак	каша рассыпчатая гречневая		150	243,75	8,6	6,09	38,64
	бефстроганов		110	319,00	16,7	25,4	5,6
	чай с сахаром		200	60	0,07	0,02	15
	хлеб пшеничный		30	62,64	0,9	0,22	14,63
	хлеб ржаной		20	45,98	0,6	0,2	9,88
	огурцы		60	7,2	0,42	0,06	1,14
<b>Итого за завтрак</b>			<b>570</b>	<b>738,57</b>	<b>27,29</b>	<b>31,99</b>	<b>84,89</b>

**Возрастная категория: 5- 11 класс**

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийн ость	Белки	Жиры	Углево ды
завтрак	каша рассыпчатая гречневая		100,00	41,73	1,60	0,26	8,13
	бефстроганов		100,00	105,00	9,75	4,95	3,80
	чай с сахаром		180,00	186,00	3,57	7,00	24,80
	хлеб пшеничный		200,00	114,60	0,16	0,16	27,88
	хлеб ржаной		40,00	83,52	1,20	0,30	19,50
	огурцы		25,00	57,47	0,75	0,25	12,35
<b>Итого за завтрак</b>			<b>645,00</b>	<b>588,32</b>	<b>17,03</b>	<b>12,92</b>	<b>96,46</b>