



**Ежедневное меню завтраков  
МБОУ СОШ № 5**

**Возрастная категория: 1- 4 класс**

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	каша молочная жидкая рисовая		180	238,09	4,17	8,77	35,5
	бутерброд со сливочным маслом 30/10		40	136	2,36	7,49	14,89
	чай с сахаром 200/15		200	60	0,07	0,02	15
	яблоко		100	47	0,4	0,4	9,8
	хлеб ржаной		20	45,98	0,6	0,2	9,88
	булочка		50	125	2,5	2	19,43
<b>Итого за завтрак</b>			<b>590</b>	<b>652,07</b>	<b>10,10</b>	<b>18,88</b>	<b>104,50</b>

**Возрастная категория: 5- 11 класс**

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Бутерброд с маслом		50	170,00	2,95	9,36	18,61
	Каша жидкая молочная рисовая		220,00	290,94	5,10	10,71	43,39
	Фрукт (яблоко)**		100,00	47,00	0,40	0,40	9,80
	чай с сахаром		200,00	60,00	0,07	0,02	15,00
	Хлеб ржаной		25,00	57,47	0,75	0,25	12,35
	Булочка		50,00	125,00	2,50	1,50	19,43
<b>Итого за завтрак</b>			<b>645</b>	<b>750,41</b>	<b>11,77</b>	<b>22,24</b>	<b>118,58</b>