



### Ежедневное меню завтраков МБОУ СОШ № 5

**Возрастная категория: 1- 4 класс**

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	плов из мяса кур		150	228,99	12,7	7,85	26,8
	Помидоры соленые		60	13,20	0,7	0,1	2,3
	кисель из сока		200	160	0,3	0	39,4
	Хлеб пшеничный		40	83,52	1,2	0,3	19,5
	Хлеб ржаной		20	45,98	0,6	0,2	9,88
	Яблоко		100	96	0,55	0,6	21
<b>Итого за завтрак</b>			<b>570</b>	<b>627,69</b>	<b>16,05</b>	<b>9,05</b>	<b>118,88</b>

**Возрастная категория: 5- 11 класс**

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углево ды
завтрак	плов из мяса кур		200,00	305,32	16,93	10,47	35,73
	Помидоры соленые		100,00	17,00	0,13	2,85	0,90
	кисель из сока		200,00	160,0	0,3	0,0	39,4
	Хлеб пшеничный		40,00	83,52	0,30	19,50	1,20
	Хлеб ржаной		25,00	57,47	0,25	12,35	0,75
	Яблоко		100	96	0,55	0,6	21
<b>Итого за завтрак</b>			<b>665,00</b>	<b>719,31</b>	<b>20,64</b>	<b>11,75</b>	<b>130,83</b>