

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №5

И.В.Марченко

Дата «14» сентября 2023 г.

Ежедневное меню завтраков
МБОУ СОШ №5



Возрастная категория: 1- 4 класс

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углев оды
завтрак	омлет натуральный		150	225,50	12,5	15,5	3,3
	кисломолочный продукт йогурт		200	100	5,8	3,5	8
	хлеб пшеничный		30	64,62	0,9	0,22	14,63
	хлеб ржаной		20	45,98	0,6	0,2	9,88
	пирожок с повидлом		50	65	1,95	1	10,5
	горошек зеленый		60	30	1	0,1	2,4
Итого за завтрак			510	531,10	22,75	20,52	48,71

Возрастная категория: 5- 11 класс

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийно сть	Белки	Жиры	Углевод ы
завтрак	горошек зеленый		100,0	4,0	1,3	0,1	3,2
	омлет натуральный		200,00	300,70	16,70	22,00	4,40
	кисломолочный продукт йогурт		200,00	100,00	5,80	5,00	8,00
	пирожок с повидлом		50,00	65,00	1,95	1,00	10,50
	хлеб пшеничный		40,00	83,52	1,20	0,30	19,50
	хлеб ржаной		25,00	57,47	0,75	0,25	12,35
Итого за завтрак			615,00	610,69	27,73	28,68	57,95