

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №5

И.В.Марченко

Дата « 21 » ноября 2023 г.

Ежедневное меню завтраков
МБОУ СОШ № 5

Возрастная категория: 1- 4 класс

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Картофель отварной		150	155,00	2,98	5,84	20,65
	рыба тушеная в томате с овощами		100	105,00	9,75	4,95	3,8
	компот из свежих яблок		200	114,6	0,16	0,16	27,88
	хлеб пшеничный		30	62,64	0,9	0,22	14,63
	хлеб ржаной		20	45,98	0,6	0,2	9,88
	кукуруза консервированная		60	31,3	1,2	0,2	6,1
Итого за завтрак			560	514,52	15,59	11,57	82,94

Возрастная категория: 5- 11 класс

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Кукуруза консервированная** *		100,00	41,73	1,60	0,26	8,13
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)		100,00	105,00	9,75	4,95	3,80
	Картофель отварной		180,00	186,00	3,57	7,00	24,80
	компот из свежих яблок		200,00	114,60	0,16	0,16	27,88
	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			645,00	588,32	17,03	12,92	96,46