



**Ежедневное меню завтраков МБОУ ООШ № 14 (2 неделя)
19.10.23**

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	макароны отварные со слив.маслом	150	7,39	196,80	5,4	4,9	32,8
	2 блюдо	мясо птицы тушенное в соусе 90/10	100	51,53	150,00	10,9	10,5	2,9
	напиток	сок натуральный яблочный	200	8,57	33	2	0,2	5,8
	хлеб	хлеб пшеничный	30	1,30	62,64	0,9	0,22	14,63
	хлеб	хлеб ржаной	20	1,10	45,98	0,6	0,2	9,88
	закуска	помидоры	60	7,6	13,2	0,7	0,1	2,3
Итого:			560	96,89	501,62	20,50	16,12	68,31

