



Ежедневное меню завтраков МБОУ ООШ № 14 (2 неделя)

14.03.24

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	макароны отварные со слив.маслом	150	8,60	196,80	5,4	4,9	32,8
Завтрак	мясо птицы тушеное в соусе 90/10	100	57,00	150,00	10,9	10,5	2,9
Завтрак	какао с молоком	200	21,00	118,6	4,08	3,54	17,58
Завтрак	хлеб пшеничный	30	1,10	62,64	0,9	0,22	14,63
Завтрак	хлеб ржаной	20	1,30	45,98	0,6	0,2	9,88
Завтрак	горошек зеленый	60	12,00	22,1	1,7	0,1	3,5
	Итого:	560	101,00	596,12	23,58	19,46	81,29

