

Ежедневное меню завтраков (2 неделя 4 день)

МБОУ ООШ№14

08.09.23

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	омлет натуральный	150		225,50	12,5	15,5	3,3
	напиток	кисломолочный продукт йогурт	200		100	5,8	3,5	8
	хлеб	хлеб пшеничный	30		64,62	0,9	0,22	14,63
	хлеб	хлеб ржаной	20		45,98	0,6	0,2	9,88
	пирожок	пирожок с повидлом	50		65	1,95	1	10,5
	закуска	горошек зеленый	60		30	1	0,1	2,4
		Итого:	510	0,00	531,10	22,75	20,52	48,71

