



**Ежедневное меню завтраков (1 неделя)
МБОУ ООШ№14**

14.09.23

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	Картофельное пюре	150		172,90	3,1	9,2	18
Завтрак	2 блюдо	котлеты рыбные со слив.маслом 90/10	100		167,27	11,23	13,52	13,47
Завтрак	напиток	какао с молоком	200		118,6	4,08	3,54	17,58
Завтрак	хлеб	хлеб пшеничный	40		83,52	1,2	0,3	19,5
Завтрак	хлеб	хлеб ржаной	20		45,98	0,6	0,2	9,88
Завтрак	закуска	икра кабачковая	60		46,8	0,9	2,8	4,4
		Итого:	560		635,07	21,11	29,56	82,83

