



Ежедневное меню завтраков МБОУ ООШ № 14 ( 2 неделя)

11.03.24

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша молочная жидкая рисовая	180	24,80	238,09	4,17	8,77	35,5
Завтрак	бутерброд со сливочным маслом 30/10	40	23,60	136	2,36	7,49	14,89
Завтрак	чай с сахаром 200/15	200	1,35	60	0,07	0,02	15
Завтрак	яблоко	100	13,50	47	0,4	0,4	9,8
Завтрак	хлеб ржаной	20	1,35	45,98	0,6	0,2	9,88
Завтрак	булочка	50	10,00	125	2,5	1,5	19,43
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>74,60</b>	<b>652,07</b>	<b>10,10</b>	<b>18,38</b>	<b>104,50</b>

