



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

23.10.23

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/30	180	58,00	344,64	16,17	12,65	41,44
	напиток	Чай с сахаром	200	3,35	60	0,07	0,02	15
	бутерброд	Бутерброд с сыром,	40	8,3	125,6	4,64	6,64	11,86
	фрукты	Фрукты свежие (яблоки)	100	6,5	47	0,4	0,4	9,8
Итого			520	76,15	577,24	21,28	19,71	78,10

