



Ежедневное меню завтраков МБОУ ООШ № 14 (1 неделя)

22.02.24

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	капуста тушеная	150	14,08	115,50	3,1	5,5	11,8
Завтрак	котлеты рыбные	100	37,02	167,27	11,23	13,52	13,47
Завтрак	какао с молоком	200	8,53	118,6	4,08	3,54	17,58
Завтрак	хлеб пшеничный	40	1,35	83,52	1,2	0,3	19,5
Завтрак	хлеб ржаной	20	1,10	45,98	0,6	0,2	9,88
Завтрак	икра кабачковая	60	9,92	46,8	0,9	2,8	4,4
	Итого:	560	72,00	577,67	21,11	25,86	76,63

