



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

10.01.23

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	плов из мяса кур	150	31,45	228,99	12,7	7,85	26,8
Завтрак	кукуруза консервированная	60	12,00	13,20	0,7	0,1	2,3
Завтрак	молоко пастеризованное	200	17,00	107	5,8	5	9,6
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	яблоки	100	9,00	96	0,55	0,6	21
	Итого:	570	71,90	574,69	21,55	14,05	89,08

