

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

**19.12.23**

Приём пищи 2 день	Название блюда	Масса	Цена	Белки	Жиры	Углев оды	Калор ийнос ть	№ рец еп туры*
		г		г	г	г	Ккал	
Завтрак	Капуста квашенная	60,00		0,40	0,05	0,05	5,00	70
	Жаркое по-домашнему	180,00		16,20	18,90	16,58	295,00	259
	Напиток кисломолочный кефир	200,00		1,00	0,00	20,20	84,80	389
	Фрукт (яблоко)	100,00		0,40	0,40	9,80	47,00	
	Хлеб пшеничный	40,00		1,20	0,30	19,50	83,52	Пром.
	Хлеб ржаной	20,00		0,60	0,20	9,88	45,98	Пром.
Итого		<b>600,00</b>		<b>19,80</b>	<b>19,85</b>	<b>76,01</b>	<b>561,30</b>	

