



**Ежедневное меню завтраков ( 2 неделя 2 день)  
МБОУ ООШ №14**

**05.09.23**

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гарнир	Картофель отварной	150	13,85	155,00	2,98	5,84	20,65
	2 блюдо	рыба тушеная в томате с овощами	100	36,78	105,00	9,75	4,95	3,8
	напиток	компот из свежих яблок	200	5,13	114,6	0,16	0,16	27,88
	хлеб	хлеб пшеничный	30	1,25	62,64	0,9	0,22	14,63
	хлеб	хлеб ржаной	20	1,10	45,98	0,6	0,2	9,88
	закуска	кукуруза консервированная	60	13,65	31,3	1,2	0,2	6,1
<b>Итого:</b>			<b>560</b>	<b>0,00</b>	<b>514,52</b>	<b>82,94</b>	<b>11,57</b>	

