



Ежедневное меню завтраков МБОУ ООШ № 14 ( 1 неделя)

22.12.23

Приём пищи 2 день	Название блюда	Масса	Цена	Белки	Жиры	Углев оды	Калор ийнос ть	№ рец еп туры*
		г		г	г	г	Ккал	
Завтрак	Овощи соленые (огурцы)	60,00	7,20	0,40	0,05	0,05	5,00	70
	Каша вязкая (ячневая)	150,0	14,80	3,2	4,2	15,8	134,3	303
	Гуляш	100,00	56,70	14,55	16,79	2,89	221,00	221
	Сок фруктовый(яблочный)	200,00	8,10	1,00	0,00	15,20	84,80	389
	Хлеб пшеничный	50,00	1,10	1,50	0,37	24,40	104,40	Пром.
	Хлеб ржаной	30,00	1,30	0,90	0,30	14,82	68,97	Пром.
Итого		<b>590,00</b>		<b>21,58</b>	<b>21,73</b>	<b>73,16</b>	<b>618,42</b>	

