



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

**30.11.23**

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	Картофельное пюре	150	12,40	172,90	3,1	9,2	18
Завтрак	2 блюдо	котлеты рыбные со слив.маслом 90/10	100	37,02	167,27	11,23	13,52	13,47
Завтрак	напиток	какао с молоком	200	8,53	118,6	4,08	3,54	17,58
Завтрак	хлеб	хлеб пшеничный	40	1,35	83,52	1,2	0,3	19,5
Завтрак	хлеб	хлеб ржаной	20	1,10	45,98	0,6	0,2	9,88
Завтрак	закуска	икра кабачковая	60	9,92	46,8	0,9	2,8	4,4
		<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>70,72</b>	<b>635,07</b>	<b>21,11</b>	<b>29,56</b>	<b>82,83</b>

