



**Ежедневное меню завтраков МБОУ ООШ № 14 ( 2 неделя)  
18.09.23**

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	каша молочная жидкая рисовая	180	12,21	238,09	4,17	8,77	35,5
	бутерброд	бутерброд со сливочным маслом 30/10	40	14,70	136	2,36	7,49	14,89
	напиток	чай с сахаром 200/15	200	3,35	60	0,07	0,02	15
	фрукты	яблоко	100	6,50	47	0,4	0,4	9,8
	хлеб	хлеб ржаной	20	2,30	45,98	0,6	0,2	9,88
	сладкое	булочка	50	12,57	125	2,5	2	19,43
		<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>51,63</b>	<b>652,07</b>	<b>10,10</b>	<b>18,88</b>	<b>104,50</b>

