

Меню по МКОУ «Прудентовская СШ»

Утверждаю: 

Директор школы: Куйшинова Т.С.

«01» октября 2024г.

День 2

| Прием пищи | Раздел меню  | Наименование блюд                       | Вес блюда, г | Белки | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
|------------|--------------|-----------------------------------------|--------------|-------|-------|----------|--------------|
| Завтрак    | Закуска      | Капуста квашенная с растительным маслом | 60           | 1,02  | 3     | 5,07     | 51,42        |
|            | гор.блюдо    | гуляш из отварного мяса говядина        | 100          | 11,90 | 14,40 | 7,89     | 208,76       |
|            | гор.блюдо    | макароны отварные с маслом              | 150          | 5,40  | 4,90  | 32,80    | 196,80       |
|            | хлеб         | хлеб пшеничный                          | 30           | 2,36  | 0,30  | 14,97    | 70,14        |
|            | гор. напиток | Напиток витаминизированный «Витошка»    | 200          | 0     | 0     | 19       | 76           |
|            | Итого:       |                                         | 540          | 20,68 | 22,60 | 79,73    | 603,12       |