

Меню по МКОУ «Прудентовская СШ»

Утверждаю: 

Директор школы: Куйшинова Т.С

«24» октября 2024 г.

День 9

Прием пищи	Раздел меню	Наименование блюд	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	гор.блюдо	Вареники с картофелем со сметаной 170/30	200	8,99	11,89	47,10	331,37
	фрукты	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	хлеб	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
	гор.напиток	какао с молоком	200	4,07	2,5	17,56	109
	Итого:		500	15,8	15,1	89,4	557,5