

Меню по МКОУ «Прудентовская СШ»

Утверждаю: 

Директор школы: Куйшинова Т.С.

«15» октября 2024 г.

День 5

| Прием пищи | Раздел меню | Наименование блюд           | Вес блюда, г | Белки | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
|------------|-------------|-----------------------------|--------------|-------|-------|----------|--------------|
| Завтрак    | Гор.блюдо   | пельмени со сметаной 170/30 | 200          | 16,80 | 18,60 | 39,30    | 391,80       |
|            | 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        |
|            | напиток     | чай с сахаром и лимоном     | 200          | 0,3   | 0     | 10,58    | 43,52        |
|            |             |                             |              |       |       |          |              |
|            | Итого:      |                             | 530          | 19,9  | 19,3  | 74,7     | 552,5        |