

Меню по МКОУ «Прудентовская СШ»

Утверждаю: 

Директор школы: Куйшинова Т.С.

«13 » ноября 2024 г.

День 3

Прием пищи	Раздел меню	Наименование блюд	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Закуска	икра кабачковая консервированная	60	1,63	2,82	8,72	67
	гор.блюдо	котлеты мяскокапустные из п/ф	100	9,3	6,10	5,90	116,00
	гор.блюдо	каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	6,92	6,3	35	224,38
	хлеб	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
	гор. напиток	чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08
	Итого:		540	20,4	15,6	71,8	507,6