

Меню по МКОУ «Прудентовская СШ»

Утверждаю: 

Директор школы: Куйшинова Т.С.

«20» декабря 2024 г.

День 10

Прием пищи	Раздел меню	Наименование блюд	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Закуска	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,70	0,10	3,50	22,10
	гор.блюдо	Тефтели из п.ф с соусом сметанным100/20	120	10,58	14,3	3,44	185,02
	гор.блюдо	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
	напиток	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
	хлеб	хлеб пшеничный	40	2,36	0,30	14,97	70,14
		Итого:	560	20,54	19,60	74,51	555,06