

Меню по МКОУ «Прудентовская СШ»

Утверждаю:

Директор школы: Куйшинова Т.С

«09» декабря 2024 г.

День 1

Прием пищи	Раздел меню	Наименование блюд	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Закуска	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,82	10,26	29,40	241,22
	сладкое	кондитерское изделие	30	4,83	4,96	13,11	116,40
	хлеб	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
	фрукты	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	гор. напиток	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,55	66,62
	Итого:		560	17,01	17,02	79,83	541,38