

«Согласовано»

Директор МБОУ ГСОШ №3

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

О.А. Чекунков/

Меню - завтрак

Вариант 10

МЕНЮ на «26» 09 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Каша молочная манная жидкая	150	4,1	5,4	25,2	182
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	4,8	1,2	20,5	105
	Итого:	555	9,6	7,2	77,3	415
	Стоимость рациона:					
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Каша молочная манная жидкая	200	5,5	6,8	33,6	242
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	4,8	1,2	20,5	105
	Итого:	605	11,0	8,6	85,7	475
	Стоимость рациона:					

Зав. производством Мурабова

Экономист по ценам _____

Экономист по ценам _____