



Утверждаю

Е.В. Глазова

22.03.2024

1-4 класс

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Макаронные изделия отварные с сыром	250	367,8	14,88	17,36	37,5
Чай с сахаром	220	60	0,07	0,02	15
Хлеб ржаной	30	68,10	1,77	0,33	14,04
Фрукты свежие (мандарины)	250	105	1	0	26

5-9 класс

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Макаронные изделия отварные с сыром	250	367,8	14,88	17,36	37,5
Чай с сахаром	220	60	0,07	0,02	15
Хлеб ржаной	30	68,10	1,77	0,33	14,04

Обед овз

наименование блюда	выход	Б	Ж	у	Э/ц
Суп картофельный с крупой	250	1,96	2,71	12,11	85,75
Жаркое по домашнему	250	12,3	19,5	26,58	383
Чай с сахаром	200	0	0	9,98	119
Хлеб	2/30	3,54	0,66	28,08	136,2