

Согласовано:

Утвержд:



Меню

на 28.10.2021, Кисак Каин ООШ, шк.завтр мл.сел

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак</u>				
80	Винегрет овощной	1	1,9	5,7
60	Рыба припущенная (горбуша)	14	4,3	0,4
150	Каша рисовая рассыпчатая	3,58	3,91	36,75
200	Сок фруктовый	1		20,2
50	Хлеб пшеничный витаминизированный 50	7,5	1	45
15	Шоколад Аленка 15гр	1,05	5,1	7,95
Итого за Завтрак		28,13	16,21	116
Итого за день		28,13	16,21	116

аю:



Калорийнос ть

44
94
200
92
219
82,5
731,5
731,5