

ГОАУ "Черноотрожская СОШ" 10-дневное меню для учащихся 7-11 лет (с 02.09.2024 по 30.05.2025)

Возрастная категория:от 7 до 11 лет
Характеристика питающихся:Без особенностей



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Четверг 14.11.2024					
	Завтрак					
54-9м *	Жаркое по-домашнему *	200	19.4	20.7	16.5	329.8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Пром.	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4
Пром.	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	16.7	85.4
	Итого за Завтрак	580	25.6	22	64.4	557.8
	Итого за день	580	25.6	22	64.4	557.8