

ШМАКОВА **Н. В. ШМАКОВА**

Наталья
Владимировна

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

Меню
на 28.03. 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 1							
Завтрак 1-4класс	Макароны отварные с маслом и сыром	150/5/15	9.1	8.5	36.0	255.2	204
	Чай с сахаром	180	0.1	0.0	12.4	49.8	376
	Кондитерские изделия	20	1.5	2.0	14.9	83.4	СРБ
	Хлеб ржаной	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ
	Плоды свежие	60	0,2	0,2	4,9	23,5	338
Итого за завтрак		525	13,6	14,7	101,5	592,6	-