

Утверждаю
директор МАОУ «Школа №3
города Белогорск»
_____ Т.С. Мохова

Меню для питания обучающихся начальной школы
на 21.10.2022 год

Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Огурец свежий	60	0,28	0,04	0,76	4,40
Гуляш из курицы	90	10,61	12,61	16,46	200,21
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,56	38,34	246,01
Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96
Хлеб	40	3,42	1,26	23,13	117,54
Итого завтрак	540	22,85	20,48	87,85	606,13