

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
<b>Итого завтрак</b>	<b>540</b>	<b>22,85</b>	<b>20,48</b>	<b>87,85</b>	<b>606,13</b>