

Меню на 03.03.25г в МОБУ «Мрясовская ООШ»

Меню завтрак 7-11 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Каша жидкая молочная рисовая | 250 | 29,80 | 230.7 | 6,6 | 6,8 | 35,8 |
| Напиток витаминизированный "Витоша" Какао с молоком | 200 | 20,64 | 184.2 | 5,8 | 5 | 29 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,43 | 46.9 | 1,5 | 0,2 | 9,8 |
|  Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,18 | 39.1 | 1,3 | 0,2 | 7,9 |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 16,16 | 71.7 | 4,6 | 5,9 | 0 |
|   |  510 | 69,21  | 572,6  | 19,8  | 18.1  | 82,5  |

