

Меню на 07.03.25г в МОБУ «Мрясовская ООШ»

завтрак 7 – 11 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Картофель отварной в молоке | 150 | 16,39 | 174 | 5 | 6 | 27 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 10,00 | 86 | 4 | 3 | 11 |
| пшеничный | 20 | 1,43 | 47 | 2 | 0 | 10 |
| ржаной | 20 | 1,18 | 34 | 1 | 0 | 7 |
| Соус молочный натуральный | 30 | 5,00 | 36 | 1 | 2 | 3 |
| Котлета рыбная любительская (минтай) | 90 | 35,21 | 101 | 12 | 4 | 6 |
|  | 510 | 69,21 | 477,50 | 23,80 | 14,70 | 62,60 |

