

Автономная некоммерческая организация средняя общеобразовательная школа
«Международная Академия Образования»



Согласовано:
Директор АНО СОШ «МАО»
Кудряшева Т.И.

Меню
10.12.24

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак					
Сырники со сгущ.молоком	105	28,024	9,336	42,538	371,062
Батон запеченный с сыром	30/15	6,195	4,860	15,420	131
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,989	32
Витаминка					
Яблоки	120	0,480	0,480	11,760	56
Обед					
Салат из моркови	100	3,430	0,2	3,8	23
Щи из св.капусты с кур.грудкой	250	8,050	5,125	37,690	229
Макароны	180	6,722	6,079	35,083	195
Ежики мясные с рисом	60/30	9,344	9,441	8,074	155
Компот из клюквы	200	0,135	0,023	11,150	46
Хлеб	20	1,260	0,180	9,420	46
Полдник					
Треугольник	100	6	5	40	209
Чай с сахаром с лимоном	200/8	0.021	0,005	7,989	32