

**Автономная некоммерческая организация средняя общеобразовательная школа
«Международная Академия Образования»**



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

**Меню
12.12.24**

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак					
Каша «Дружба» вязкая молочная с маслом	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 кв.капусты	100	1,638	5,086	7,720	86
Борщ со св.капустой с кур.грудкой	250	4,450	3,912	37,8	204
Рис отварной	180	4,601	6,521	48,017	269
Тефтели из говядины	60/30	12,790	13,930	11,730	223
Компот из яблок	200	0,100	0,100	12,430	52
Хлеб	20	1,260	0,180	9,420	46
Полдник					
Сосиска в тесте	100	10,7	15,4	31,6	310
Чай с сахаром	200/8	0.021	0,005	7,989	32