

Автономная некоммерческая организация средняя общеобразовательная школа
«Международная Академия Образования»



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

Меню
16.12.24

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак					
Каша рисовая вязкая молочная с маслом	150/5	6,350	6,8	28,5	208
Батон с маслом	30/10	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 св.капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
Суп вермишелевый с кур.грудкой	250	2,550	2,750	15,450	114
Каша гречневая	180	7,946	6,479	50,249	291
Шашлык	90	22,027	24,578	1,312	314
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