

Автономная некоммерческая организация средняя общеобразовательная школа  
«Международная Академия Образования»



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

Меню  
17.12.24  
Старшие

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша рисовая вязкая молочная с маслом	150/5	6,350	6,8	28,5	208
Батон с сыром	30/15	6,195	4,860	15,420	131
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,989	32
<b>Витаминка</b>					
Яблоки	120	0,480	0,480	11,760	56
<b>Обед</b>					
Салат из моркови	60	2,060	0,120	2,280	14
Щи из св.капусты	250	8,050	5,125	37,690	229
Жаркое по-домашнему	40/160	12,050	17,930	39,880	370
Компот из яблок	200	0,100	0,100	12,430	52
Хлеб	20	1,260	0,180	9,420	46
<b>Полдник</b>					
Корж молочный	50	3,671	7,3	36,458	227
Чай с сахаром	200/8	0.021	0,005	7,989	32