

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



Согласовано:

Директор АНО СОШ «МАО»
Кудрявцева Т.И.

**Меню
19.12.24**

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак					
Каша манная вязкая молочная с маслом	150/5	28,024	9,336	42,538	371
Батон с маслом	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 с яблоками	100	0,700	0,100	1,900	12
Борщ со св.капустой	250	4,450	3,916	37,800	203
Плов из говядины	40/160	15,440	19,290	51,200	430
Компот из яблок	200	0,100	0,100	12,430	52
Хлеб	20	1,260	0,180	9,420	46
Полдник					
Корж молочный	50	3,671	7,3	36,458	227
Чай с сахаром	200/8	0.021	0,005	7,989	32