

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



Согласовано:
Директор АНО СОШ «МАО»
Музафарова Л.Р.

Меню 29.09.25

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак					
Каша полбяная молочная с маслом	200/5	7,613	5,569	42,174	258,842
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					
Свежий помидор	100	1,045	6,184	3,610	77
Борщ со св.капустой	250	1,775	5,166	12,300	103
Шашлык	100	24,474	27,308	1,457	349
Макароны	180	6,722	4,642	35,167	40
Компот из урюка	200	0,100	0,100	12,430	52
Хлеб	20	1,260	0,180	9,420	46
Полдник					
Треугольник	100	10,323	10,074	34,443	271,795
Чай с сахаром	200/8	0.021	0,005	7,989	32