

Автономная некоммерческая организация средняя общеобразовательная школа
«Международная Академия Образования»



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

Меню
13.01.25

| Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--|-------|------------------|--------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Завтрак | | | | | |
| Каша пшениная вязкая молочная с маслом | 150/5 | 6,350 | 6,8 | 28,5 | 208 |
| 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 св.капусты | 100 | 0,700 | 0,100 | 1,900 | 12 |
| Суп вермишелевый | 250 | 4,450 | 3,916 | 37,800 | 203 |
| Рис отварной | 180 | 4,601 | 6,521 | 48,017 | 269 |
| Медальоны из куриных грудок | 80/5 | 21,845 | 23,941 | 1,813 | 310 |
| Напиток лимонный | 200 | 0,080 | 0,080 | 11,940 | 49 |
| 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 |
| | | | | | |