

Автономная некоммерческая организация средняя общеобразовательная школа  
«Международная Академия Образования»



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

Меню  
16.01.25

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша гречневая вязкая молочная с маслом	150/5	6,583	9,680	20,740	197
Батон с маслом	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 кв.капусты	100	0,700	0,100	1,900	12
Борщ со св.капустой	250	4,450	3,912	37,8	204
Пельмени	180	20,449	16,359	44,197	406
Компот из яблок	200	0,100	0,100	12,430	52
Хлеб	20	1,260	0,180	9,420	46
<b>Полдник</b>					
Маффин	50	2,5	11,5	17,5	182,5
Чай с сахаром	200/8	0.021	0,005	7,989	32