

Автономная некоммерческая организация средняя общеобразовательная школа  
«Международная Академия Образования»

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



Меню  
20.01.25

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная с маслом	200/5	7,613	5,569	42,174	258,842
Батон с маслом	30/10	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 морковный	100	3,430	0,2	3,8	23
Суп вермишелевый	250	2,550	2,750	15,450	114
Рис отварной	180	4,601	6,521	48,017	269
Шашлык	90	22,027	24,578	1,312	314
Компот из вишни	200	0,100	0,100	12,430	52
Хлеб	20	1,260	0,180	9,420	46
<b>Полдник</b>					
Омлет	100	8,7	9,2	2,7	128
Чай с сахаром	200/8	0.021	0,005	7,989	32