

Автономная некоммерческая организация средняя общеобразовательная школа
«Международная Академия Образования»



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

Меню
28.01.25

| Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------------------|-------|------------------|--------|----------|---------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Завтрак | | | | | |
| Сырники со сгущ.молоком | 105 | 28,024 | 9,336 | 42,538 | 371,062 |
| 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 моркови | 100 | 3,430 | 0,2 | 3,8 | 23 |
| Щи из св.капусты с кур.грудкой | 250 | 8,050 | 5,125 | 37,690 | 229 |
| Макароны | 180 | 6,722 | 6,079 | 35,083 | 195 |
| Ежики мясные с рисом | 60/30 | 9,344 | 9,441 | 8,074 | 155 |
| Компот из яблок | 200 | 0,100 | 0,100 | 12,430 | 52 |
| Хлеб | 20 | 1,260 | 0,180 | 9,420 | 46 |
| Полдник | | | | | |
| Пицца с курицей и сыром | 85 | 14,950 | 17,579 | 30,169 | 340,408 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200/8 | 0.021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| | | | | | |