

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



**Согласовано:**

Директор АНО СОШ «МАО»  
Кудрявцева Т.И.

**Меню  
28.11.24**

Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша вязкая гречневая молочная с маслом	150/5	6,350	6,8	28,5	208
Батон с сыром	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 из моркови	100	1,182	1,086	7,266	20
Борщ со св.капустой с кур.грудкой	250	3,560	3,130	15,2	103
Плов с куриной грудкой	160	15,440	19,290	51,200	430
Компот из яблок	200	0,100	0,100	12,430	52
Хлеб	20	1,260	0,180	9,420	46
<b>Полдник</b>					
Сосиска в тесте	100	10,7	15,4	31,6	310
Чай с сахаром	200/8	0.021	0,005	7,989	32