



МКОУ Чернышковская СШ №2

Меню на 05 апреля 2024 г.

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат из квашеной капусты	100	100	82	82
Филе пангасиуса припущенное	100	100	176	176
Пюре картофельное	180	180	168	168
Чай с сахаром и лимоном	200/7	200/7	57	57
Хлеб пшеничный в/с	50	50	95	95
Итого	637	637	578	578

Дополнительное питание (второй завтрак)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Фрукты свежие	140	140	62	62
Итого	140	140	62	62