



МКОУ Чернышковская СШ №2

Меню на 01 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 белокочанной капусты	100	100	90	90
Котлета куриная	100	100	430	430
Каша гречневая рассыпчатая	180	180	279	279
Чай с сахаром	200	200	56	56
Хлеб пшеничный в/с	50	50	95	95
Итого	630	630	950	950

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