



МКОУ Чернышковская СШ №2

Меню на 14 мая 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
Борщ со свеж. капустой, картофелем и фасолью	250	250	254	254
Сок мультифруктовый	200	200	92	92
Пирожок печёный с конфитюром	100	100	243	243
Хлеб пшеничный в/с	50	50	95	95
Итого	600	600	687	687

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