

Согласовано:

Утверждаю:



Меню

на 10.12.2020, Сандугач СОШ, шк.завтр ст.сел

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос ть
<u>Завтрак</u>					
10	Масло (порциями)	0,1	7,25	0,14	66
60	Рыба припущенная (горбуша)	14	4,3	0,4	94
180	Каша гречневая рассыпчатая	10,4	6,8	45,4	288
200	Чай с лимоном и сахаром	0,1		9,3	37
50	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,75	0,9	22,5	109,5
Итого за Завтрак		28,35	19,25	77,74	594,5
Итого за день		28,35	19,25	77,74	594,5

