

«Утверждаю»
Директор МОБУ СОШ с. Арсеново
Каймурина Л.А.

Меню

3 день

ЗАВТРАК 1-4 классы

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------|-----------------|------------------|-------------|-----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 100 | 12,8 | 8,6 | 2,4 | 132,2 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 150 | 3,5 | 4,4 | 35,7 | 192,6 |
| КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 200 | 0 | 0 | 17,4 | 68,8 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 |
| ЯБЛОКО | 150 | 0,5 | 0,5 | 12,9 | 62 |
| Итого за прием пищи: | | 20,6 | 13,8 | 93,5 | 574,0 |