

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ НШ № 5
Е.Н.Банина



Меню горячего завтрака для обучающихся 1 – 4 классов
на 28.05.2021 г.

Наименование блюда	Выход г	Белк и	Жир ы	Углевод ы	Са	С	Калорийность
Тефтели мясные	60/50	6,7	17,6	1,9	3,8	Сл.	214
Рожки отварные	150	5,3	4,8	31	0,5	0,5	192
Чай	200	0,1	0	16,7	14	0	63
Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	3,2	6	0	43
Яблоко	1/160	0,4	0,4	9,8	35	22	47
Огурец свежий	1/55	0,4	-	1,3	12	5	6,5
Хлеб пшеничный	1/30	1,5	0,6	10,2	25	0	50
Итого за день:		22,9	30,1	85,2	348,3	12,5	751,5