

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ НЦ № 5
Е.Н.Банина



Меню горячего завтрака для обучающихся 1 – 4 классов
на 31.05.2021 г.

Наименование блюда	Выход г	Белк и	Жир ы	Углевод ы	Са	С	Калорийность
Куры тушёные с овощами	80/50	14,94	12,24	0,48	33	1,4	172
Рис отварной	150	3,7	4,6	41,7	7,5	0	214
Чай с лимоном	200/7	0,1	0	16,7	14	0	63
Печенье	1/90	1,5	0,6	10,2	25	0	150
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	3,2	6	0	43
Итого за день:		22,4	18,4	72,08	120,5	23,4	659