

МБОУ Асрховская СОШ

Утверждено

Зам. директора МБОУ Асрховская СОШ

/Захарова Ю.В./

Меню

На 26 августа 2022 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)		Энергетичность													
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры		углеводы												
Завтрак	1-3 л	3-7 л																
						Бутерброд с сыром	20/5/6	85/5/40	4,85	6,93	9,96	125						
						Каша жидкая рисовая на молоке	180	180	3,92	2,65	34,84	179						
						Кофейный напиток с молоком	180	180	1,19	1,27	16,27	89						
Молоко																		
Обед																		
							Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	800	5,32	6,9	9,25	120					
							Печень по - строгановски	60/85	15/85	16,89	8,4	2,14	15					
							Картофельное пюре	180	180	3,27	5,37	22,06	150					
							Сыр фрутовый	180	180	0,6		16,95	70					
							Хлеб ржаной	50	64	2,47	0,45	12,79	65					
							Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,55	29					
							Полдник											
							Ужин											
														Омлет картофельный	60	40	6,23	10,07
Мини вареное	40	40	5,1	4,6	0,3	63												
Булочка творожная	50	80	7,98	2,16	33,36	176												
Йогурт	180	180	1,7	0,32	7,4	39												
Хлеб пшеничный	15	80	0,85	0,16	3,7	20												

Кастрюлятор: Горячева Л.М.

Повар: Кирсанова О.Г.