

МБОУ Асерховская СОШ




директор МБОУ Асерховская СОШ

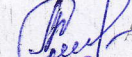
Бусыгина Н.А./

Меню

На 17 декабря 2021 года

Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность
	1-4 кл	5-9 кл	белки	жиры	углеводы	ккал
Завтрак						
Плов	100/50	100/50	16,51	15,74	24,01	304
Сок фруктовый	200		0,8		22,6	94
Чай с сахаром		200	0,2		15	58
Хлеб пшеничный	36	36	3,4	0,64	14,8	78
Второй завтрак						
Банан	248		1,28	0,43	17,85	81
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200/20	200/20	8,07	7,75	9,36	139
Гуляш	50/50	50/50	14,34	14,67	3,05	202
Макаронные изделия отварные	130	130	4,78	3,91	22,92	146
Сок фруктовый	200	200	0,8		22,6	94
Хлеб ржаной	30	30	1,98	0,36	10,23	52
Хлеб пшеничный	15	15	2,55	0,48	11,1	59

Калькулятор:  Горячева Л.М.

Повар:  Артемова О.А.