

МБОУ Асрховская СОШ

Утверждено

Директор МБОУ Асрховская СОШ

/Бусыгина Н.А./



Меню

На 16 сентября 2022 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)		Энерг. ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	
Завтрак					
Бутерброд с сыром	80/50	80/50	4,88	6,93	9,96
Каша рисовая жидкая рисовая на молоке	150	150	3,92	2,65	34,84
Кофейный напиток с молоком	150	150	1,19	1,27	18,27
Апельсин	70	70	0,34	0,34	8,33
Обед					
Салат из свеклы	40	60	0,96	3	4,27
Шн с сметаной	150	200	5,48	6,87	5,27
Пудинг рыбный	75	75	12,46	5,16	4,57
Картофельное пюре	130	130	3,27	5,37	22,06
Компот из смеси сухофруктов	150	110	0,4	0,02	24,99
Хлеб ржаной	40	45	2,47	0,45	12,79
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,55
Полдник					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	80/20	100/20	17,54	12,05	17,15
Кисломолочный напиток «Снежок»	190	190	5,04	5,76	7,37
Хлеб пшеничный	10	20	1,7	0,32	7,4
					39

Калькулятор: *[подпись]* Горячева Л.М.

Повар: *[подпись]* Кирсанова О.Г.