

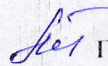
# МБОУ Асерховская СОШ


Утверждено  
 директор МБОУ Асерховская СОШ  
 Бусыгина Н.А./

Меню

На 16 декабря 2021 год

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность ккал
	Возрастная категория		белки	жиры	углеводы	
	1-3 л	3-7 л				
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с маслом	205	255	1,93	6,59	8,22	100
Вермишель молочная	150	180	3,79	3,66	14,31	105
Чай с молоком	150	180	2,67	2,34	14,31	89
Яблоко	138	138	0,34	0,26	8,33	38
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с рыбой	150	200	6,06	1,92	11,88	89
Голубцы ленивые	140	180	12,23	26,15	12,44	334
Сок фруктовый	150	190	0,6		16,95	70
Хлеб ржаной	30	37	2,47	0,45	12,79	65
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,55	29
<b>Полдник</b>						
Салат картофельный	40/15		0,71	1,35	5,32	36
Оладьи с маслом	80	95	7,13	11,76	38,83	295
Чай с сахаром	150	180	0,2		15	58
Пастила	29	29	0,1		9,2	61

Калькулятор:  Горячева Л.М.

Повар:  Кирсанова О.Г.