

# МБОУ Асерховская СОШ



директор МБОУ Асерховская СОШ

Бусыгина Н.А./

Меню

На 17 мая 2021 года

Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг.ценность
	1-4кл	5-9кл	белки	жиры	углеводы	ккал
Завтрак						
1. Бутерброд с сыром	34/15		4,7	7,9	7,3	123
2. Вареное натуральное	110	110	10,38	16,77	1,84	200
3. Мушкетерская котлетка	50		0,88	0,16	4,48	23
4. Фруктовый напиток	200	200	1,32	1,41	20,3	99
5. Яблоко консервированное		34	1,7	0,32	7,4	39
6. Молоко	15		0,81	5,3	4,89	83
Обед						

Калькулятор: Тер / Доренко

Повар: Резв. Айметова Д.А.



МБОУ Асерховская СОШ



директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 17 мая 2021 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)			Энерг.ценность ккал
	Возрастная категория		белки	жиры	углеводы	
	1-3 л	3-7 л				
Завтрак						
1. Мюсли с сыром	105/5	120/6/14	8,44	12,25	30,07	264
2. Чай с сахаром	150	180	0,2		15	58
3. Фрукты	16	16	3,48	4,01	7,38	144
4. Молоко	70	70	0,34	0,34	8,33	38
Обед						
1. Суп карто. на мясе	150	200	2,24	2,4	16,4	97
2. Картофель туш. с мясом	130/60	150/70	23,24	21,29	15,05	345
3. Картофель жарен.	150	180	0,4	0,02	24,99	102
4. Ябло. печеное	20	37	3,47	0,45	18,79	65
5. Ябло. печеное	10	15	1,28	0,24	5,55	29
Полдник						
1. Салат овощной	100	115	7,13	19,3	9,58	243
2. Молоко вареное	1шт.	1шт.	5,7	4,6	0,3	83
3. Ябло	150	180			37,98	146
4. Ябло печеное	15	20	1,7	0,32	7,4	39

Калькулятор: Лот / Здречко

Повар: Лот / Здречко