

# МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 14 декабря - 2021 года



Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность ккал
	1-4кл	5-9кл	белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>						
Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/25	100/25	15,75	11,5	22,98	258
Кисломолочный напиток «Снежок»	160		5,6	6,4	8,2	117
Чай с сахаром		200	0,2		15	58
Хлеб пшеничный	35	35	3,4	0,64	14,8	78
<b>Второй завтрак</b>						
Круассан «Каприз»	60		5,5	19	56	420
<b>Обед</b>						
Суп с макаронными изделиями	200/20	200/20	5,5	4,73	13,83	120
Голубцы ленивые	140	140	10,4	22,23	10,57	284
Компот из смеси сухофруктов	200	200			18,16	73
Хлеб ржаной	30	30	1,98	0,36	10,23	52
Хлеб пшеничный	15	15	1,25	0,24	5,05	29
<i>Дурага картофельная</i>	35	35	0,2	0,03	0,66	4

Калькулятор: *Л.М.* Горячева Л.М.

Повар: *О.А.* Артемова О.А.

