

# МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено  
 директор МБОУ Асерховская СОШ  
 /Бусыгина Н.А./

Меню

На 20 мая 2021 года

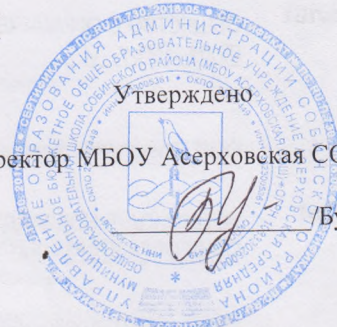
Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)			Энерг.ценность ккал
	Возрастная категория		белки	жиры	углеводы	
	1-4кл	5-9кл				
Завтрак						
1. Творожок с сахаром	32/15		4,4	4,9	7,3	123
2. Сырники пышные	200	200	3,66	8,43	32,93	239
3. Макароны с мясом	200	200	3,74	3,9	26,18	155
4. Каша пшеничная		32	1,7	0,32	4,4	39
5. Фрукты	1шт.		0,6	0,45	14,25	63
Обед						

Калькулятор: Тетя Теремова

Повар: Ольга Александровна Сидорова



МБОУ Асерховская СОШ



Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 20 июля 2021 года

Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг.ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	ккал
Завтрак						
1. Фрутовый сок с мус.	200	250	1,93	0,59	8,22	100
2. Вит. напиток молочный	150	180	3,49	3,66	14,31	105
3. Чай с сахаром	100	100	3,04	2,34	14,31	89
4. Яблоко	70	70	0,34	0,24	8,33	38
Обед						
1. Суп карт. с говяд.	150	200	6,06	1,92	11,88	89
2. Картофель отварной	120	140	12,23	26,15	12,44	334
3. Вит. напиток	150	147	0,6		16,95	40
4. Яблоко	29	29	2,47	0,45	12,49	85
5. Яблоко	10	15	1,28	0,24	5,55	29
Полдник						
1. Суп карт. с говяд.	40/15		1	3	5	54
2. Картофель с мусом	80	95	4,13	14,76	38,83	295
3. Чай с сахаром	150	110	0,2		15	58
4. Пастилло	35	35	0,1		9,2	61

Калькулятор: Бусыгина Н.А.

Повар: Бусыгина Н.А.