

МБОУ Асерховская СОШ

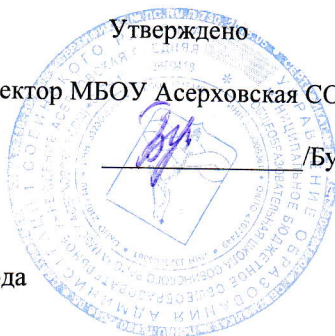
Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 19 октября 2021 года



Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность ккал
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	
завтрак						
Завтрак с мажором	205	255	1,08	6,43	11,52	80
Завтрак с мажором	150	180	4,22	6,81	25,87	182
Завтрак с мажором	150	180	1,19	1,27	11,27	19
Завтрак с мажором	90	90	1,28	0,43	17,85	81
Обед						
Салат из свеклы	40	60	0,81	2,25	4,47	43
Суп с мажором на му-	150	200	2,26	2,45	11,18	81
Суп с мажором	130/50	100/60	23,68	24,53	19,62	394
Суп с мажором	150	180	0,4	0,02	24,99	102
Суп с мажором	30	37	2,47	0,45	12,79	65
Суп с мажором	10	10	0,85	0,16	3,7	20
Ужин						
Салат из св. огурцов	40		0,34	2,04	1,04	24
Салат из св. огурцов		50	0,46	3,65	1,43	40
Суп с мажором	1шт.	1шт.	5,1	4,6	0,3	6,3
Суп с мажором	50	60	2,22	4,11	33,31	193
Суп с мажором	150	180	0,71		13,5	52
Суп с мажором	10	15	1,28	0,24	5,55	29

Калькулятор: Тол / Дрмико

Повар: Тол / Диреметов