

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 14 Октябре 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						
Макароны с сыром	105/5/40	105/5/44	8,44	12,25	30,07	264
Чай с сахаром	150	180	0,2		15	58
Творог	50	50	3,48		4,38	144
Молоко	150	150	0,34	0,34	8,33	38
Обед						
Суп карт. на мясном бульоне	150	200	2,24	2,4	16,4	92
Пюре туш. с мясом	130/60	150/40	2,3,24	21,29	15,05	345
Пюре картофеля	150	180	0,4	0,02	24,99	102
Желе ражешки	30	34	2,47	0,45	12,49	65
Желе лимонной	10	15	1,28	0,24	5,53	29
Полдник						
Салат фруктовый	100	115	5,83	19,3	9,58	243
Чай с сахаром	1шт.	1шт.	5,1	4,6	0,3	83
Творог	150	180			37,98	146
Желе лимонной	15	20	1,2	0,32	7,4	38

Калькулятор:

Бусыгина Н.А.

Повар:

Бусыгина Н.А.