

МБОУ Асерховская СОШ

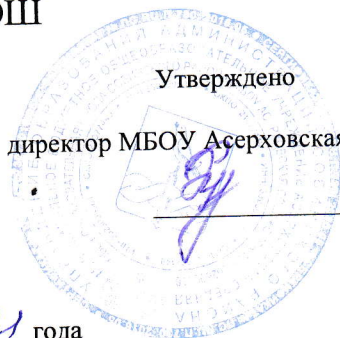
Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 21 октября 2021 года



Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	ккал
<i>Завтрак</i>						
<i>Завтрак с кашей</i>	205	255	1,93	6,59	8,22	100
<i>Чаша мюсли</i>	150	180	3,92	2,65	34,84	119
<i>Чаша с мюсли</i>	150	180	2,62	2,34	14,31	89
<i>Фрукты</i>	72	72	0,34	0,26	8,08	36
<i>Обед</i>						
<i>Суп картофель с мясом</i>	150	200	5,82	4,92	15,29	129
<i>Пюре картофель с мясом</i>						
<i>Пюре картофель из пюре</i>	75	75	11,9	13,09	8,83	201
<i>Суп овощной</i>	130	150	3,08	3,15	16,99	106
<i>Салат из овощей</i>	150	180	0,4	0,02	24,99	107
<i>Десерт творожный</i>	30	37	2,47	0,45	12,79	65
<i>Десерт творожный</i>	10	15	1,28	0,24	3,55	29
<i>Полдник</i>						
<i>Фрукты замороженные</i>	125	125	13,7	4,8	2,34	107
<i>Салат</i>						
<i>Чаша с фруктами</i>	150	180	0,2		15	58
<i>Десерт творожный</i>	15	20	1,7	0,32	7,4	29

Калькулятор: *Бусыгина Н.А.*

Повар: *Бусыгина Н.А.*