

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

\_\_\_\_\_/Бусыгина Н.А./

Меню

На 19 августа 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. Бутерброд с мус.	20/5	25/5	1,93	6,39	8,22	100
2. Вареники мясные	150	180	3,79	3,66	14,31	105
3. Чай с молоком	150	180	2,67	2,34	14,31	89
4. Молоко	75	75	0,34	0,34	0,33	38
Обед						
1. Суп картофель. с мясом	150	200	6,06	1,92	11,88	89
2. Картофель жареный	170	190	12,23	26,15	12,44	334
3. Суп овощной	160	214	0,6		16,95	70
4. Чай травяной	30	35	2,44	0,45	12,79	65
5. Чай мянничный	10	15	1,28	0,24	5,55	29
Полдник						
1. Молоко с сахаром	80	95	4,13	11,76	38,83	295
2. Салат картофельный	40		0,71	2,35	5,32	36
3. Чай с сахаром	150	180	0,2		15	58
4. Картофель	30	30	0,7		9,2	61

Калькулятор: Лол / Горелова

Повар: Овеш / Шенцова О. А.