

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

Директор МБОУ Асерховская СОШ

Б
/Бусыгина Н.А./

Меню

На 1 сентября_2022 год

Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг.ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	ккал
Завтрак						
Хлебоброд с маслом	20/5	25/5	1,93	6,59	8,22	100
Мюштель молочная	75	180	3,79	3,66	14,31	105
Сметана с молоком	150	110	2,67	2,34	14,31	89
Сметана	40	40	0,6	0,6	14,7	67
Обед						
Салат картофельный с рыбой	150	200	6,06	1,92	11,88	89
Пельмени ленивые	120	190	12,23	26,15	12,44	334
Салат фруктовый	150	110	0,6		16,95	70
Хлеб ржаной	30	30	2,47	0,45	12,79	65
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,55	29
Полдник						
Салат картофельный	40/15		0,71	1,35	5,32	36
Сметана с маслом	80	95	7,13	11,76	38,83	295
Сметана с сахаром	150	110	0,2		15	58

Калькулятор: *Л* Горячева Л.М.

Повар: *К* Кирсанова О.Г.