

МБОУ Асрховская СОШ

Утверждено
 Директор МБОУ Асрховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 5 октября 2022 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	
Завтрак	20/5/6		4,03	6,77	6,26	105
	150/150		3,39	3,66	14,31	105
	150/150		3,39	3,51	23,56	140
	150/150		0,34	0,26	8,08	36
Обед	40		1,86	0,12	3,9	24
	150/200		5,42	6,95	6,64	111
	110/60		22,01	20,99	32,01	405
	150/150		6,95	16,95	16,95	70
	34		2,47	0,45	12,79	65
	15		0,85	0,16	3,7	20
	150/150		13,75	11,15	15,39	217
Подник	40/10		13,75	11,15	15,39	217
	150/150		0,2	15	15	58
	15		1,28	0,24	5,55	29
Хлеб пшеничный						
Чай с сахаром						
Пудинг из творога со ступенным молоком						
Хлеб пшеничный						
Хлеб ржаной						
Сок фруктовый						
Плов						
Пи с мясом из свежей капусты со сметаной						
Икра кабачковая						
Груша						
Какао с молоком						
Вареники молочная						
Бутерброд с сыром						

Калькулятор: Горячева Л.М.
 Повар: Кирсанова О.Г.