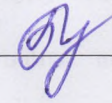




# МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

 /Бусыгина Н.А./

Меню

На 11 июля 2021 года

Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	ккал
<b>Завтрак</b>						
1. Бутерброд с мрс.	20/5	25/5	1,93	6,39	14,81	100
2. Чай с печеньем	150	180	4,22	6,81	25,87	182
3. Сладкий напиток	150	180	1,19	1,27	18,24	19
4. Молоко	66	66	0,34	0,34	8,33	38
<b>Обед</b>						
1. Суп из свеклы	40	60	0,81	2,25	4,47	43
2. Суп с макаронами на кв. бул.	150	200	2,16	2,45	11,88	87
3. Картофель с капустой	180	210	2,368	24,53	19,62	394
4. Молоко из холодильника	150	180	0,4	0,02	24,99	102
5. Яблоко	30	37	2,47	0,45	12,79	65
6. Яблоко печеное	10	10	0,85	0,16	3,7	20
<b>Полдник</b>						
1. Суп из св. курицы	40	60	0,34	2,04	1,04	24
2. Чай с печеньем	1шт.	1шт.	0,1	0,6	0,3	63
3. Молоко печеное	50	60	4,22	4,81	33,31	193
4. Чай с молоком	150	180	0,18		13,5	52
5. Яблоко печеное	10	15	1,28	0,24	6,55	29

Калькулятор: 

Повар: 