

# МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

Директор МБОУ Асерховская СОШ

*[Подпись]* /Бусыгина Н.А./

Меню

На 1 декабря 2022 года



Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность ккал
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с маслом	205	205	1,93	6,59	8,22	100
Каша жидкая манная на молоке	150	110	3,92	2,65	34,84	119
Чай с молоком	150	180	2,62	2,34	14,31	89
Мандарин	110	110	0,6	0,6	14,7	69
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	150	200	5,82	4,92	15,29	129
Шницель из говядины	45	45	11,9	13,09	8,83	201
Рагу овощное	130	150	3,08	3,15	16,99	106
Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,4	0,02	24,99	107
Хлеб ржаной	20	25	2,47	0,45	12,79	65
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,55	29
<b>Полдник</b>						
Рыба, запеченная с яйцом	125	125	13,7	4,8	2,34	107
Чай с сахаром	150	180	0,2		15	58
Хлеб пшеничный	15	20	1,7	0,32	7,4	39

Калькулятор: *[Подпись]* Горячева Л.М.

Повар: *[Подпись]* Кирсанова О.Г.