

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено
 директор МБОУ Асерховская СОШ
 /Бусыгина Н.А./

Меню

На 18 октября 2021 года

| Наименование блюда | Выход блюда (г) | | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. ценность ккал |
|--------------------------|----------------------|--------|----------------------|-------|----------|-------------------------|
| | Возрастная категория | | белки | жиры | углеводы | |
| | 1-3 л | 3-7 л | | | | |
| Сырники консервиров. | 50 | | 1,1 | 0,2 | 5,6 | 29 |
| Сметана натуральная | 105 | 105 | 0,91 | 16,01 | 2,78 | 191 |
| Мол. с сахаром | 150 | 180 | 0,2 | | 15 | 58 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 15 | 1,28 | 0,24 | 5,55 | 29 |
| Зудня | 100 | 100 | 0,34 | 0,26 | 8,08 | 36 |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Пюре картофельное | 150 | 200 | 4,59 | 6,03 | 12,4 | 122 |
| Молоко | 75 | 75 | 11,4 | 13,09 | 9,33 | 201 |
| Сливки натуральные | 20 | 25 | 0,29 | 1,05 | 2,01 | 19 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 130 | 7,3 | 0,4 | 35,7 | 263 |
| Сливки жирные | 150 | 120 | 0,6 | | 16,93 | 70 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,79 | 65 |
| Обед | | | | | | |
| Суп куриный с овощами | 125 | | 6,06 | 10,64 | 8,9 | 155 |
| Суп куриный с картофелем | | 125/25 | 6,08 | 10,65 | 8,9 | 156 |
| Салат из консервов | 150 | 180 | | | 37,98 | 146 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 20 | 1,7 | 0,32 | 7,4 | 39 |

Калькулятор: Сит / Дречина
 Повар: Сит / Ширяева