

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

Директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 11 октября 2022 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)		Энерг. ценность									
	Возрастная категория	1-3 л	3-7 л	белки		жиры	углеводы	ккал						
Завтрак	20/35	180	4,22	6,81	25,87	182	Бутерброд с маслом							
							Каша жидкая пшенная на молоке							
							Кофейный напиток на молоке							
							Груша							
Обед	150	200	5,15	6,85	7,23	111	Салат из квашеной капусты							
							Борщ со сметаной							
							Соус сметанный							
							Запеканка картофельная с печеню							
							Сок фруктовый							
							Хлеб ржаной							
							Хлеб пшеничный							
							Полдник	150/15	100/15	16,39	11	28,6	282	Сырники из творога с джемом
														Полдник
														Полдник
Полдник														
Полдник														
Полдник														
Полдник														
Полдник														
Полдник														
Полдник														

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