

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 13 сентября 2021 года



Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность ккал
	Возрастная категория		белки	жиры	углеводы	
	1-3 л	3-7 л				
Завтрак						
Творожная с маслом	2075	2575	1,93	6,59	8,22	100
Молоко термостерилизованное	150	180	3,25	4,7	20,55	137
Молоко	150	180	3,39	3,51	23,58	140
Масло сливочное	142	142	0,34	0,34	8,33	38
Обед						
Щи со сметаной	30	60	1,86	0,12	3,9	24
Суп из картофеля с овощами и сметаной	150	200	8,6	8,71	9,93	147
Суп из картофеля с овощами	60	75	11,85	13,32	12,52	209
Суп картофельный	20	25	0,29	1,05	2,07	19
Молочный из фруктов	150	180	0,4	0,02	24,99	102
Чай травяной	30	37	2,42	0,45	12,79	65
Рис отварной	100	130	3,16	4,66	37,79	182
Полдник						
Салат витаминный	100	125	1,5	0,29	11,88	56
Суп овощной	50	60	5,09	2,19	32,32	169
Чай с сахаром	150	180	0,2		15	58
Вино виноградное	10	15	1,28	0,29	5,55	29

Калькулятор: Бел / Зориничко

Повар: Бел / Зориничко