

МБОУ Асрховская СОШ

Зам. директора МБОУ Асрховская СОШ

Захарова Ю.В. /



Меню

На 15 августа 2022 года

Наименование блюда	Взрослая категория		3-7 л		Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	
	1-3 л	3-7 л	1-3 л	3-7 л					
Завтрак	Пончики с сыром	100/5/10	130/6/14	100/5/10	8,44	12,25	30,07	264	
	сахаром	100	100	100	0,2	15	15	58	
	чай	100	100	100	3,48	4,08	7,38	144	
	чай	100	100	100	0,34	0,34	8,33	38	
Обед	артефактный на мясном бульоне	100	100	100	2,24	2,4	16,4	97	
	та тушеная с отварным мясом	130/60	150/70	100	23,24	21,29	15,05	345	
	от из сухобулочков	100	100	100	0,4	0,02	24,99	102	
	оманой	30	30	30	2,47	0,45	12,79	65	
	шеничные	100	100	100	1,28	0,24	5,53	29	
	Полдник	рыбный	100	115	100	7,83	19,3	9,58	243
		вареное	40	40	40	5,1	19,3	9,58	83
из концентрата		100	100	100	1,7	0,32	7,4	39	
шеничные		100	100	100	1,7	0,32	7,4	39	

Калькулятор: *Л. М. Горячева*

Повар: *О. Г. Кирсанова*