

# МБОУ Асеховская СОШ

Утверждено  
 Директор МБОУ Асеховская СОШ  
 /Бусыгина Н.А./



Меню

На 17 ноября 2022 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)		Энерг. ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	
Завтрак	201,5	201,5	1,93	6,59	8,22
	180	180	3,92	2,65	34,84
Булгурод с маслом	100	100	1,93	6,59	8,22
Чай с молоком	89	89	2,62	2,34	14,31
Мандарин	69	69	0,6	0,6	14,7
Обед	129	129	5,82	4,92	15,29
	150	200	5,82	4,92	15,29
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	150	200	5,82	4,92	15,29
Пшеница из говядины	201	201	11,9	13,09	8,83
Рату овощное	106	106	3,08	3,15	16,99
Компот из смеси сухофруктов	107	107	0,4	0,02	24,99
Хлеб ржаной	65	65	2,47	0,45	12,79
Хлеб пшеничный	29	29	1,28	0,24	5,55
Полдник	107	107	13,7	4,8	2,34
	185	185	13,7	4,8	2,34
Рыба, запеченная с яйцом	107	107	13,7	4,8	2,34
Чай с сахаром	58	58	0,2		15
Хлеб пшеничный	39	39	1,7	0,32	7,4

Повар: *О.Г. Кирсанова*

Калькулятор: *Л.М. Торяева*