

# МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 30 сентября 2021 года

| Наименование блюда             | Выход блюда (г)<br>Возрастная категория |        | Пищевые вещества (г) |      |          | Энерг.ценность |
|--------------------------------|---|--------|----------------------|------|----------|----------------|
|                                | 1-4кл                                   | 5-9кл  | белки                | жиры | углеводы | ккал           |
| Завтрак                        |   |        |                      |      |          |                |
| Бутерброд с сыром              | 40/15                                   |        | 6,4                  | 8,22 | 14,2     | 162            |
| Мюсли безжирое пшеница с медом | 200/10                                  | 200/10 | 7,66                 | 8,43 | 32,93    | 239            |
| Молоко с маком                 | 200                                     | 200    | 3,74                 | 3,9  | 20,18    | 155            |
| Творог                         | 1шт.                                    |        | 0,6                  | 0,45 | 14,25    | 63             |
| Мед натуральный                |   | 40     | 3,4                  | 0,64 | 14,8     | 78             |
| Сок фруктовый                  | 200                                     |        | 0,8                  |      | 24,6     | 94             |
| Обед                           |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |
|                                |   |        |                      |      |          |                |

Калькулятор: Лет / Д.А. Давыдова

Повар: Александр Александрович Д.А.