

Утверждено

Директор МБОУ Асеровская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 24 октября 2022 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)		Энерг. ценность
	Возрастная категория	3-7 л	белки	жиры	
Завтрак					ккал
Макаронны с сыром	105/110	130/140	8,44	12,25	30,07
Чай с сахаром	130	180	0,2	15	58
Печенье	82	82	3,48	4,08	7,38
Яблоко	90	90	0,34	0,34	8,33
Обед					
Суп картофельный на мясном бульоне	130	130	2,24	2,4	16,4
Канюта тушеная с отварным мясом	130/100	150/140	23,24	21,29	15,05
Компот из сухофруктов	130	180	0,4	0,02	24,99
Хлеб ржаной	30	35	2,47	0,45	12,79
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,53
Полдник					
Салат рыбный	100	115	7,83	19,3	9,58
Ябло вареное	100	140	5,1	19,3	9,58
Кисель из концентрата	130	130			37,98
Хлеб пшеничный	15	20	1,7	0,32	7,4
					39

Калькулятор: Горячева Л. М.

Повар: Кирсанова О. Т.