

# МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

Директор МБОУ Асерховская СОШ

 /Бусыгина Н.А./



Меню

На 3 апреля 2023 года

Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	ккал
<b>Завтрак</b>						
Макароны с сыром	120/5/10	130/5/14	8,44	12,25	30,07	264
Чай с сахаром	150	110	0,2		15	58
Печенье	31	31	3,4	0,64	14,8	78
Хлеб белого	10	10	0,34	0,34	8,33	38
<b>Обед</b>						
Суп картофельный на мясном бульоне	150	200	2,24	2,4	16,4	97
Кнуделя тушеная с отварным мясом	130/60	130/30	23,24	21,29	15,05	345
Компот из сухофруктов	150	110	0,4	0,02	24,99	102
Хлеб ржаной	30	31	2,47	0,45	12,79	65
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,53	29
<b>Полдник</b>						
Салат рыбный	100	115	7,83	19,3	9,58	243
Чай кареное	40	40	5,1	4,6	0,3	63
Печенье	150	110			31,65	122
Хлеб пшеничный	15	20	1,28	0,24	5,55	29

Калькулятор:  Горячева Л. М.

Повар:  Кирсанова О.Г.