

# МБОУ Асерховская СОШ



Утверждено  
директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 20 декабря 2021 года

Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг.ценность ккал
	1-4кл	5-9кл	белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>						
Биточки из говядины	50	50	7,9	7,2	8	130
Каша вязкая ( рисовая) с маслом	150/14	150/14	2,3	6,2	24,5	169
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,2		15	58
Хлеб пшеничный	35	35	3,4	0,64	14,8	78
Апельсины	100		1,35	0,3	12,15	57
<b>2-ой завтрак</b>						
Чоко - пай	28		4	18	65	438
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с крупой	200/20	200/20	5,26	4,9	11,94	113
Бефстроганов	50/50	50/50	15,04	18,02	5,11	244
Макаронные изделия отварные	130	130	4,78	3,91	22,92	146
Компот из смеси сухофруктов	200	200			18,16	73
Хлеб ржаной	30	30	1,98	0,36	10,23	52
Хлеб пшеничный	15	15	2,55	0,48	11,1	59

Калькулятор: *Лет* Горячева Л.М.

Повар: *Арт* Артемова О.Г.

