

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 5 августа 2021 года



Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность
	Возрастная категория		белки	жиры	углеводы	ккал
	1-3 л	3-7 л				
Завтрак						
1. Творожок с медом	20/5	25/5	1,93	6,59	8,22	100
2. Вареники мясные	150	180	3,79	3,66	14,31	105
3. Чай с молоком	150	180	2,67	2,34	14,31	19
4. Молоко	83	83	0,34	0,34	8,33	38
Обед						
1. Суп мят. с говяди	150	200	6,06	1,92	11,88	89
2. Картофель маринов	170	190	12,23	2,615	12,44	334
3. Сок фруктовый	150	150	0,6		16,95	70
4. Желе фруктовое	50	60	2,47	0,45	12,79	65
5. Желе шоколадное	10	15	1,28	0,24	5,55	29
Полдник						
1. Запеканка из творога со м. молоком	85/19	100/19	17,54	12,05	17,15	294
2. Сметана	150	180	5,04	5,76	4,37	105
3. Желе шоколадное	15	20	1,7	0,32	7,4	39

Калькулятор:

*Татьяна Дмитриева*

Повар:

*Рул. Степанова, Р.В.*