

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 4 мая 2021 года



| Наименование блюда | Выход блюда (г) | | Пищевые вещества (г) | | | Энерг.ценность ккал |
|------------------------------|----------------------|--------|----------------------|-------|----------|------------------------|
| | Возрастная категория | | белки | жиры | углеводы | |
| | 1-3 л | 3-7 л | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 1. Бутерброд с мяс. | 20/5 | 25/5 | 1,93 | 0,59 | 8,22 | 100 |
| 2. Желе лимонное | 150 | 180 | 4,22 | 6,81 | 25,84 | 183 |
| 3. Желе лимонное | 150 | 180 | 1,19 | 1,24 | 18,27 | 29 |
| 4. Фрукто | 180 | 180 | 0,34 | 0,34 | 8,08 | 36 |
| Обед | | | | | | |
| 1. Суп из кв. капусты | 80 | 80 | 0,96 | 3 | 4,24 | 48 |
| 2. Фарш с макар. | 150 | 200 | 5,15 | 6,85 | 7,23 | 111 |
| 3. Суп овощной | 15 | 20 | 0,54 | 1,83 | 0,92 | 22 |
| 4. Запеченная карто. с сыром | 130/40 | 130/50 | 12,38 | 19,79 | 25,09 | 328 |
| 5. Сок фруктовый | 200 | 200 | 0,6 | | 16,95 | 40 |
| 6. Желе лимонное | 30 | 37,5 | 2,44 | 0,45 | 18,79 | 63 |
| 7. Желе лимонное | 10 | 15 | 1,28 | 0,24 | 5,55 | 29 |
| Полдник | | | | | | |
| 1. Суп из картофеля с макар. | 130/24 | 130/24 | 16,39 | 11 | 28,6 | 282 |
| 2. Фрукто | 180 | 200 | 4,2 | 4,8 | 5,7 | 83 |
| 3. Желе лимонное | 15 | 20 | 1,7 | 4,32 | 7,4 | 39 |

Калькулятор: Лет / Директор

Повар: Лет / Директор