

МБОУ Асерховская СОШ

Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 7 сентября 2021 года



Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность ккал
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	
Завтрак						
1. Фрутовый сок с мяс.	20/5	25/5	1,08	6,43	4,52	80
2. Желе из фруктов	150	180	4,22	6,81	25,87	182
3. Фруктовый напиток	150	180	1,19	1,27	18,27	89
4. Чай	113	113	1,28	0,43	17,85	81
Обед						
1. Салат из свеклы	40	60	0,81	2,25	4,77	43
2. Суп с курицей на курином бульоне	150	200	2,86	2,45	11,88	81
3. Картофель туш. с мясом	130/50	150/60	23,68	24,53	19,62	394
4. Салат из огурцов	150	180	0,4	0,02	24,99	102
5. Желе фруктовое	30	37	2,47	0,45	12,79	85
6. Желе из фруктов	10	10	0,85	0,16	3,7	20
Полдник						
1. Салат из св. огурцов	40		0,34	2,04	1,04	24
2. Салат из св. огурцов		70	0,46	3,65	1,43	40
3. Чай фруктовое	1шт.	1шт.	5,1	4,6	0,7	63
4. Желе фруктовое	50	60	4,22	4,81	33,37	193
5. Чай с мятой	150	180	0,18		18,5	32
6. Желе фруктовое	10	15	1,28	0,24	5,55	29

Калькулятор: Лет / Директор

Повар: Лет / Директор