

МБОУ Асеховская СОШ

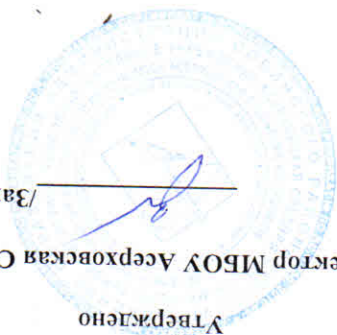
Утверждено

Директор МБОУ Асеховская СОШ

/Захарова Ю.В./

Меню

На 2 августа 2022 года



Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	
Завтрак	1-3 л	3-7 л				ккал
	20/5	25/5	1,93	6,59	8,22	100
	150	180	4,22	6,81	25,87	182
Каша жидкая пшениная на молоке	150	180	1,19	1,27	18,27	89
Кофейный напиток на молоке	150	180	0,64	0,48	15,2	67
Обед						
Олуец свежий порционный	60	70	0,16	0,02	0,53	3
Борш со сметаной	150	200	5,15	6,85	7,23	111
Соев сметанный	15	20	0,54	1,83	0,92	22
Запеканка картофельная с печеню	130/40	150/50	12,38	19,79	25,09	328
Сок фруктовый	150	180	0,5		14,12	58
Хлеб ржаной	30	37	2,47	0,45	12,79	65
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,55	29
Подлив						
Сырники из творога с джемом	130/20	14/25	16,39	11	28,6	282
Ряженка	250	250	4,2	4,8	5,7	83
Хлеб пшеничный	15	20	1,7	0,32	7,4	39

Калькулятор: Горяева Л.М.

Повар: Кирсанова О.Г.