

МБОУ Асерховская СОШ



Утверждено

директор МБОУ Асерховская СОШ

Бусыгина Н.А./

Меню

На 16 декабря 2021 года

Наименование блюда	Выход блюда (г) Возрастная категория		Пищевые вещества (г)			Энерг.ценность
	1-4кл	5-9кл	белки	жиры	углеводы	ккал
Завтрак						
Бутерброд с сыром	37/15		4,7	7,9	7,3	123
Каша вязкая пшеничная с маслом	200/10	200/10	7,66	8,43	32,93	239
Какао с молоком	200	200	3,77	3,9	26,18	155
Хлеб пшеничный		37	3,4	0,64	14,8	78
Груши	109		0,6	0,45	14,25	63
2-ой завтрак						
Сок фруктовый	200		0,8		22,6	94
Обед						
Суп с клецками	200	200	7,26	5,99	11,99	131
Рыба запеченная по русски	200	200	11,39	6,68	13,08	158
Сок фруктовый	194	194	0,8		22,6	94
Хлеб ржаной	30	30	1,98	0,36	10,23	52
Хлеб пшеничный	15	15	1,25	0,24	5,05	29

Калькулятор: *Л.М. Горячева* Горячева Л.М.

Повар: *О.А. Артемова* Артемова О.А.