

МБОУ Асрховская СОШ

Утверждено

Директор МБОУ Асрховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 28 сентября 2022 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)		Энерг. ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	
Завтрак					
Вутерброд с маслом	80/8	85/5	1,93	6,59	8,22
Каша жидкая геркулесовая	150	180	3,25	4,7	20,55
Карто с молоком	150	180	3,39	3,51	23,56
Апельсин	180	180	0,34	0,34	8,33
Обед					
Бульон из птицы (гренками и яйцом)	150	200	8,6	8,11	9,93
Котлеты рыбные из цыплят	60	75	11,85	12,32	12,62
Суп томатный	80	85	0,29	1,05	2,01
Рис отварной	100	180	3,16	4,66	31,79
Компот из сухофруктов	150	180	0,4	0,02	24,99
Хлеб ржаной	80	32	2,47	0,45	12,79
Полдник					
Салат «Степной»	100	180	1,5	0,29	11,88
Слоба обыкновенная	50	60	5,09	2,19	32,32
Чай с сахаром	150	180	0,2		15
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,29	5,55
					29

Калькулятор: Горячева Л.М.
Повар: Кирсанова О.Г.