

МБОУ Асрховская СОШ

Директор МБОУ Асрховская СОШ



/Буцыгина Н.А./

Меню

На 18 ноября 2022 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	
Завтрак					
Бутерброд с сыром	20/5/6	25/5/40	4,85	6,93	9,96
Каша жидкая рисовая на молоке	150	180	3,92	2,65	34,84
Каша жидкая рисовая на молоке	150	180	1,19	1,27	16,27
Кофейный напиток с молоком	112	112	0,64	0,48	15,2
Труша					
Обед					
Салат из квашеной капусты	40	60	0,96	3	4,27
Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	200	5,32	6,9	9,25
Печень по - строгановски	60/45	75/35	16,89	8,4	2,14
Картофельное пюре	150	150	3,27	5,37	22,06
Сок фруктовый	150	150	0,6		16,95
Хлеб ржаной	30	35	2,47	0,45	12,79
Хлеб пшеничный	10	15	1,28	0,24	5,55
Полдник					
Омлет натуральным	60	40	6,33	10,07	1,1
Ябло вареное	40	40	5,1	4,6	0,3
Ябло вареное	50	60	7,98	2,16	33,36
Булочка творожная	200	200	4,4	0,32	7,4
Полуп	200	10	0,85	0,16	3,7
Хлеб пшеничный	10	10			20

Калькулятор: *[Signature]*

Повар: *[Signature]*