

# МБОУ Асрховская СОШ

Утверждено  
Директор МБОУ Асрховская СОШ

/Бусыгина Н.А./

Меню

На 19 января 2023 года

Наименование блюда	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность
	1-3 л	3-7 л	белки	жиры	углеводы	
Завтрак	Бутерброд с маслом					
	150	150	1,93	6,59	8,22	100
Чай с молоком	Каша жидкая манная на молоке					
	150	150	3,92	2,65	34,84	119
Апельсин	Обед					
	95	95	0,6	0,6	14,7	67
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	150	150	5,82	4,92	15,29	129
	95	95	11,9	13,09	8,83	201
Шинель из говядины	Полдник					
	150	150	13,7	4,8	2,34	107
Рыба, запеченная с яйцом	Чай с сахаром					
	150	150	0,2	1,7	0,32	58
Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный					
	80	80	2,47	0,45	12,79	65
Компот из смеси сухофруктов	Хлеб пшеничный					
	150	150	0,4	0,02	24,99	107
Пюре овощное	Повар: Кирсанова О.Г.					
	150	150	3,08	3,15	16,99	106
Калькулятор: Горячева Л.М.	Калькулятор: Горячева Л.М.					
	150	150	11,9	13,09	8,83	201