

МЕНЮ на 02 февраля 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Кура отварная	60
Пюре картофельное	180
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Борщ с капустой и картофелем	300/12
Кура отварная	80
Пюре картофельное	220
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60

№Т К	Наименование блюда	Выход порци и г	Б г	Ж г	У г	ккал	Са	Mg	Fe	В1	В2	В3
133	Кура отварная	60	25,8	21,7	0,2	299	20,78	21,50	2,03	0,06	0,14	0,93
		80	34,4	28,9	0,3	399	27,70	28,66	2,70	0,08	0,19	1,24
146	Пюре картофельное	180	3,7	5,9	24,0	166	42,72	34,08	1,24	0,14	0,12	12,45
		220	4,5	7,2	29,4	203	52,21	41,66	1,51	0,17	0,15	15,22
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	-
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
58	Борщ с капустой и картофелем	300/12	2,0	6,0	14,0	117	34,73	24,32	1,13	0,05	0,05	9,53