

МЕНЮ на 03 апреля 2025 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

| Наименование блюда | Выход блюда |
|-----------------------------|-------------|
| Суп картофельный протёртый | 250 |
| Фрукт/апельсин | 100 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| Хлеб сельский | 50 |
| | |

Обед 5-11 класс

| Наименование блюда | Выход блюда |
|-----------------------------|-------------|
| Суп картофельный протёртый | 300 |
| Гуляш из курицы | 60/50 |
| Каша рисовая рассыпчатая | 220/6 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| Хлеб сельский | 50 |
| | |

| №Т К | Наименование блюда | Выход порци и г | Б г | Ж г | У г | ккал | Са | Mg | Fe | В1 | В2 | В3 |
|---------|-----------------------------|-----------------------|--------|--------|--------|------|-------|-------|------|------|------|------|
| 66 | Суп картофельный протертый | 250 | 5,3 | 7,4 | 28,0 | 202 | 68,37 | 32,4 | 1,21 | 0,12 | 0,12 | 6,06 |
| | | 300 | 6,4 | 8,9 | 33,6 | 243 | 82,04 | 38,88 | 1,45 | 0,14 | 0,15 | 7,27 |
| | Фрукт/апельсин | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 35,0 | 11,0 | 0,1 | 0,06 | 0,03 | 0,00 |
| 310 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,2 | 121 | 14,62 | 8,5 | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| | Хлеб сельский | 50 | 3,3 | 0,55 | 23,7 | 103 | 18,2 | 23,8 | 1,4 | 0,12 | 0,06 | 0,00 |
| 97 | Гуляш из курицы | 60/50 | 17,0 | 17,0 | 3,9 | 238 | 15,0 | 23,7 | 2,35 | 0,05 | 0,10 | 1,22 |
| 187 | Каша рисовая рассыпчатая | 220/6 | 5,28 | 5,72 | 53,9 | 294 | 6,71 | 36,59 | 0,76 | 0,05 | 0,03 | 0,00 |