

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

Наименование блюда	Выход блюда
Котлета из куры	90
Макаронные изделия с тёртым сыром	180
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Щи из свежей капусты с картофелем	300/12
Котлета из куры	100
Макаронные изделия отварные	220/8
Соус томатный	50
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

№ТК	Наименование блюда	Выход порции г	Б г	Ж г	У г	ккал	Са	Mg	Fe	В1	В2	В3
136	Котлета из куры	90	13,5	19,26	13,95	284,4	19,8	20,42	1,61	0,063	0,090	0,351
		100	15,0	21,4	15,5	316	22,0	22,69	1,79	0,07	0,11	0,39
229	Макаронные изделия с тёртым сыром	180	11,1	12,8	32,2	293	225,3	19,27	0,91	0,07	0,11	0,15
227	Макаронные изделия отварные	220/8	8,1	7,2	48,2	295	14,03	11,09	1,12	0,09	0,03	0,00
248	Соус томатный	50	0,5	2,4	3,1	37	2,5	3,47	0,16	0,01	0,012	0,99
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,01	0,00	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
	Хлеб сельский	50	3,3	0,55	23,7	103	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0,00
55	Щи из свежей капусты с картофелем	300/12	2,1	6,7	10,1	110	38,18	22,91	0,84	0,06	0,05	14,4