

**МЕНЮ на 03 октября 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Запеканка из творога со сгущ.молоком	150/20
Компот из смеси сухофруктов	200
Хлеб сельский	50
Фрукт (яблоко)	100

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Борщ с капустой и картофелем	300/12
Запеканка из творога со сгущ.молоком	200/30
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
239	Запеканка из творога со сгущ.молоком	150/20	26,4	19,0	33,8	408	266,7 1	36,72	0,80	0,07	0,40	0,54
		200/30	37,1	27,3	49,2	595	382,4 8	55,64	1,28	0,11	0,58	0,78
	Хлеб сельский	50	3,3	0,55	23,7	103	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	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
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
	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	16,0	9,0	2,2	0,003	0,002	10,0