

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

| Наименование блюда      | Выход блюда |
|-------------------------|-------------|
| Пюре картофельное       | 180         |
| Котлета рыбная          | 90          |
| Сок фруктовый           | 200         |
| Хлеб сельский           | 50          |
| Огурец свежий в нарезке | 30          |
|                         |             |

**Обед 5-11 класс**

| Наименование блюда       | Выход блюда |
|--------------------------|-------------|
| Рассольник ленинградский | 300/12      |
| Пюре картофельное        | 220         |
| Котлета рыбная           | 100         |
| Сок фруктовый            | 200         |
| Хлеб сельский            | 50          |
| Огурец свежий в нарезке  | 30          |
|                          |             |

| №Т<br>К | Наименование блюда          | Выход<br>порци<br>и г | Б<br>г | Ж<br>г | У<br>г | ккал | Са    | Mg    | Fe   | B1   | B2   | B3    |
|---------|-----------------------------|-----------------------|--------|--------|--------|------|-------|-------|------|------|------|-------|
| 83      | Котлета рыбная              | 90                    | 12,7   | 8,5    | 12,2   | 177  | 37,03 | 23,72 | 0,78 | 0,11 | 0,11 | 0,30  |
|         |                             | 100                   | 19,0   | 12,8   | 18,3   | 266  | 55,55 | 35,58 | 1,18 | 0,17 | 0,16 | 0,45  |
| 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               | 50                    | 3,3    | 0,55   | 23,7   | 103  | 18,2  | 23,8  | 1,4  | 0,12 | 0,06 | 0,00  |
|         | Сок фруктовый               | 200                   | 1,0    | 0,2    | 20,2   | 92   | 14,0  | 8,0   | 2,8  | 0,02 | 0,02 | 4,0   |
| 54-2з   | Огурец свежий в<br>нарезке  | 30                    | 0,25   | 0,05   | 0,75   | 9    | 7,0   | 4,2   | 0,18 | 0,01 | 0,01 | 3,0   |
| 56      | Рассольник<br>ленинградский | 300/12                | 2,6    | 6,2    | 18,5   | 142  | 18,06 | 26,99 | 1,01 | 0,09 | 0,06 | 8,04  |