

МЕНЮ на 04 апреля 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный протёртый	250
Сок фруктовый	200
Печенье песочное	80
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60
Фрукт / банан	100

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный протёртый	300
Фрикадельки из кур	100
Каша рисовая рассыпчатая	220
Соус томатный	50
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60
Фрукт /банан	200

№Т К	Наименование блюда	Выход порци и г	Б г	Ж г	У г	ккал	Са	Mg	Fe	В1	В2	В3
134	Фрикадельки из кур	100	14,6	16,3	8,7	240	36,54	16,67	1,37	0,05	0,12	0,48
187	Каша рисовая рассыпчатая	220	6,0	6,5	61,3	334	7,62	41,58	0,86	0,06	0,04	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
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	-
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Фрукт/банан	100	1,5	0,5	21,0	9,6	8,0	42,0	0,6	0,04	0,05	10,0
		200	3,0	1,0	42,0	19,2	16,0	84,0	1,2	0,08	0,1	20,0
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
	Печенье песочное	80	4,0	13,9	54,9	256	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10