

**МЕНЮ на 07 февраля 2024 г.  
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ  
Завтрак 1-4 класс**

| <b>Наименование блюда</b>         | <b>Выход блюда</b> |
|-----------------------------------|--------------------|
| <b>Гуляш из говядины</b>          | <b>50/50</b>       |
| <b>Каша гречневая рассыпчатая</b> | <b>180/5</b>       |
| <b>Чай с лимоном и сахаром</b>    | <b>200</b>         |
| <b>Хлеб сельский</b>              | <b>60</b>          |
|                                   |                    |

**Обед 5-11 класс**

| <b>Наименование блюда</b>                   | <b>Выход блюда</b> |
|---|--------------------|
| <b>Суп картофельный с макарон.изделиями</b> | <b>300</b>         |
| <b>Гуляш из говядины</b>                    | <b>60/50</b>       |
| <b>Каша гречневая рассыпчатая</b>           | <b>220/5</b>       |
| <b>Чай с лимоном и сахаром</b>              | <b>200</b>         |
| <b>Хлеб сельский</b>                        | <b>60</b>          |
|   |                    |

| <b>№Т<br/>К</b> | <b>Наименование блюда</b>               | <b>Выход<br/>порци<br/>и г</b> | <b>Б<br/>г</b> | <b>Ж<br/>г</b> | <b>У<br/>г</b> | <b>ккал</b> | <b>Са</b> | <b>Mg</b> | <b>Fe</b> | <b>В1</b> | <b>В2</b> | <b>В3</b> |
|-----------------|---|--------------------------------|----------------|----------------|----------------|-------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 97              | Гуляш из говядины                       | 50/50                          | 14,1           | 14,2           | 3,2            | 199         | 12,5      | 19,75     | 1,96      | 0,04      | 0,08      | 1,02      |
|                 |   | 60/50                          | 17,0           | 17,0           | 3,9            | 238         | 15,0      | 23,7      | 2,35      | 0,05      | 0,1       | 1,22      |
| 183             | Каша гречневая<br>рассыпчатая           | 180                            | 10,4           | 6,8            | 45,4           | 288         | 16,88     | 159,5     | 5,47      | 0,31      | 0,16      | 0,00      |
|                 |   | 220                            | 14,4           | 9,4            | 63,0           | 401         | 23,45     | 221,5     | 7,59      | 0,43      | 0,22      | 0,00      |
|                 | Хлеб сельский                           | 60                             | 2,8            | 5,4            | 17,5           | 64          | 18,2      | 23,8      | 1,4       | 0,12      | 0,06      | -         |
| 302             | Чай с лимоном и<br>сахаром              | 200                            | 0,1            | 0              | 9,3            | 37          | 2,73      | 0,73      | 0,06      | 0         | 0         | 1,12      |
| 61              | Суп картофельный с<br>макарон.изделиями | 300                            | 3,2            | 3,0            | 22,6           | 133         | 16,05     | 25,11     | 1,03      | 0,10      | 0,06      | 7,92      |