

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

Наименование блюда	Выход блюда
Кура отварная	60
Пюре картофельное	180
Помидор свежий в нарезке	30
Сок фруктовый	200
Хлеб сельский	60

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Рассольник ленинградский	300/12
Кура отварная	80
Пюре картофельное	220
Помидор свежий в нарезке	30
Сок фруктовый	200
Хлеб сельский	60

№Т К	Наименование блюда	Выход порци и г	Б г	Ж г	У г	ккал	Са	Mg	Fe	В1	В2	В3
133	Кура отварная	60	25,8	21,7	0,2	299	20,78	21,5	2,03	0,06	0,14	0,93
		80	34,4	28,9	0,3	399	27,7	28,66	2,7	0,08	0,19	1,24
54-3з	Помидор свежий в нарезке	30	0,35	0,05	1,15	6,4	4,2	6,0	0,27	0,02	0,01	7,5
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	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
56	Рассольник ленинградский	300/12	2,6	6,2	18,5	142	18,06	26,99	1,01	0,09	0,06	8,04