

**МЕНЮ на 11 марта 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Макаронные изделия отварные	180
Котлета из говядины	90
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60
Соус томатный	30

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный с бобовыми	300
Макаронные изделия отварные	220
Котлета из говядины	100
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60
Соус томатный	50

№Т К	Наименование блюда	Выход порци и г	Б г	Ж г	У г	ккал	Са	Mg	Fe	В1	В2	В3
227	Макаронные изделия отварные	180	6,6	4,7	39,4	230	11,31	9,07	0,92	0,07	0,02	-
		220	8,1	7,2	48,2	295	14,03	11,09	1,12	0,09	0,03	-
99	Котлеты из говядины	90	18,5	16,4	15,7	288	39,01	32,19	1,66	0,07	0,13	3,42
		100	20,6	18,3	17,5	320	43,35	35,77	1,85	0,08	0,15	0,38
	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 сахаром	200	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,0	0,0	1,12
65	Суп картофельный с бобовыми	300	9,6	4,4	38,5	245	39,5	48,25	2,8	0,26	0,1	5,59
248	Соус томатный	30	0,3	1,4	1,9	22	1,5	2,08	0,09	0,005	0,007	0,59
		50	0,5	2,4	3,1	37	2,5	3,47	0,16	0,01	0,012	0,99