

МЕНЮ на 12 марта 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Запеканка из творога со сгущ.молоком	150/20
Компот из смеси сухофруктов	200
Хлеб сельский	60
Фрукт (мандарин)	100

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп крестьянский с крупой	300/12
Запеканка из творога со сгущ.молоком	200/30
Компот из смеси сухофруктов	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
239	Запеканка из творога со сгущ.молоком	150/20	26,4	19,0	33,8	408	266,7 1	36,72	0,80	0,07	0,40	0,54
		200/30	37,1	27,3	49,2	595	382,4 8	55,64	1,28	0,11	0,58	0,78
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	-
310	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	14,62	8,5	0,92	0,07	0,21	0,29
67	Суп крестьянский с крупой	300	2,5	6,1	14,9	126	27,98	20,62	0,77	0,05	0,04	9,6
	Фрукт (мандарин)	100	0,81	0,31	13,3 4	53	3,5	2,8	0,6	0,058	0,036	0,376