

**МЕНЮ на 13 февраля 2025 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный протёртый	250
Печенье песочное	60
Фрукт/яблоко	100
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный протёртый	300
Гуляш из говядины	60/50
Каша гречневая	220/6
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

№Т К	Наименование блюда	Выход порци и г	Б г	Ж г	У г	ккал	Са	Mg	Fe	В1	В2	В3
66	Суп картофельный протертый	250	5,3	7,4	28,0	202	68,37	32,4	1,21	0,12	0,12	6,06
		300	6,4	8,9	33,6	243	82,04	38,88	1,45	0,14	0,15	7,27
	Печенье песочное	60	3,0	10,4	41,2	192	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	Фрукт/яблоко	100	0,8	0,2	7,5	38	35,0	11,0	0,1	0,06	0,03	0,00
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
	Хлеб сельский	50	3,3	0,55	23,7	103	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0,00
97	Гуляш из говядины	60/50	15,5	15,6	3,52	219	13,75	21,73	2,16	0,044	0,088	1,12
183	Каша гречневая	220/6	12,6	8,27	55,4	353	20,64	195,0	6,68	0,38	0,19	0,00