

МЕНЮ на 13 марта 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Жаркое по-домашнему	200
Морковь с сахаром	80
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Рассольник ленинградский	300/12
Жаркое по-домашнему	250
Чай с лимоном и сахаром	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
98	Жаркое по-домашнему	200	19,3	19,9	18,9	334	23,88	48,35	3,59	0,16	0,18	8,77
		250	25,4	25,8	23,0	429	29,97	61,07	4,65	0,19	0,23	10,65
6	Морковь с сахаром	80	0,9	0,1	8,5	37	18,35	25,39	0,48	0,03	0,04	1,54
	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	0,00	0,00	1,12
56	Рассольник ленинградский	300/12	2,6	6,2	18,5	142	18,06	26,99	1,01	0,09	0,06	8,04