

**МЕНЮ на 14 марта 2025 г.**  
**АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ**  
**Завтрак 1-4 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Кура отварная	90
Макаронные изделия отварные	180/5
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

**Обед 5-11 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Борщ с капустой и картофелем	300/12
Кура отварная	100
Макаронные изделия отварные	220/8
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
133	Кура отварная	90	38,7	32,5	0,3	448	31,17	32,25	3,04	0,09	0,21	1,40
		100	43,0	36,1	0,37	498	34,63	35,83	3,38	0,1	0,24	1,55
227	Макаронные изделия отварные	180/5	6,6	4,7	39,4	230	11,31	9,07	0,92	0,07	0,02	0,00
		220/8	8,1	7,2	48,2	295	14,03	11,09	1,12	0,09	0,03	0,00
	Хлеб сельский	50	3,3	0,55	23,7	103	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0,00
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,00	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
58	Борщ с капустой и картофелем	300/12	2,0	6,0	14,0	117	34,73	24,32	1,13	0,05	0,05	9,53