

МЕНЮ на 14 ноября 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

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

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный протёртый	300
Фрикадельки мясные	100
Каша гречневая рассыпчатая	220/6
Соус томатный	50
Фрукт/мандарин	100
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/мандарин	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
107	Фрикадельки мясные	100	14,1	11,8	10,4	205	31,08	26,40	1,15	0,06	0,13	0,03
183	Каша гречневая	220/6	12,6	8,27	55,4	352,8	20,64	194,9	6,67	0,37	0,19	0,00
248	Соус томатный	50	0,5	2,4	3,1	37	2,5	3,47	0,16	0,010	0,012	0,99