

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

Наименование блюда	Выход блюда
Запеканка картофельная с мясом	210/40
Компот из смеси сухофруктов	200
Хлеб сельский	50

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Рассольник ленинградский	300/12
Запеканка картофельная с мясом	250/50
Компот из смеси сухофруктов	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
122	Запеканка картофельная с мясом	210/40	18,8	18,8	27,9	364	28,78	56,09	2,38	0,13	0,18	1,93
		250/50	22,4	22,4	33,4	436	34,4	66,98	2,85	0,15	0,21	2,36
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
	Хлеб сельский	50	3,3	0,55	23,7	103	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0,00
56	Рассольник ленинградский	300/12	2,6	6,2	18,5	142	18,06	26,99	1,01	0,09	0,06	8,04