

МЕНЮ на 15 января 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Макаронные изделия с тёртым сыром	180
Котлета рубленая из птицы	90
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный с бобовыми	300
Макаронные изделия с тёртым сыром	250
Котлета рубленая из птицы	100
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
229	Макаронные изделия с тёртым сыром	180	11,1	12,8	32,2	293	225,3	19,27	0,91	0,07	0,11	0,15
		250	14,9	16,8	43,0	388	306,9	26,05	1,21	0,09	0,14	0,20
136	Котлеты рубленые из птицы	100	15,0	21,4	15,5	316	22,0	22,69	1,79	0,07	0,11	0,39
		90	13,5	19,2	13,9	284	19,80	20,42	1,61	0,06	0,10	0,35
	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	0,0	0,0	1,12
65	Суп картофельный с бобовыми	300	9,6	4,4	38,5	245	39,5	48,25	2,8	0,26	0,1	5,59