

**МЕНЮ на 16 декабря 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Котлета из говядины	90
Макаронные изделия отварные	180/5
Соус томатный	30
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Щи из свежей капусты с картофелем	300/12
Котлета из говядины	100
Макаронные изделия отварные	220/8
Соус томатный	50
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

№ТК	Наименование блюда	Выход порции г	Б г	Ж г	У г	ккал	Са	Mg	Fe	В1	В2	В3
99	Котлета из говядины	90	18,54	16,47	15,75	288	39,02	32,19	1,67	0,072	0,135	0,342
		100	20,6	18,3	17,5	320	43,35	35,77	1,85	0,08	0,15	0,38
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
248	Соус томатный	30	0,3	1,4	1,9	22	1,5	2,08	0,09	0,005	0,007	0,59
		50	0,5	2,4	3,1	37	2,5	3,47	0,16	0,01	0,012	0,99
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,01	0,00	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
	Щи из свежей капусты с картофелем	300/12	2,1	6,7	10,1	110	38,18	22,91	0,84	0,06	0,05	14,4