

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

<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>
<b>Гуляш из говядины</b>	<b>50/50</b>
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>180/5</b>
<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	<b>200</b>
<b>Хлеб сельский</b>	<b>50</b>

**Обед 5-11 класс**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>
<b>Суп картофельный с макарон.изделиями</b>	<b>300</b>
<b>Гуляш из говядины</b>	<b>60/50</b>
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>220/5</b>
<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	<b>200</b>
<b>Хлеб сельский</b>	<b>50</b>

<b>№Т К</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход порци и г</b>	<b>Б г</b>	<b>Ж г</b>	<b>У г</b>	<b>ккал</b>	<b>Са</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>В3</b>
97	Гуляш из говядины	50/50	14,1	14,2	3,2	199	12,5	19,75	1,96	0,04	0,08	1,02
		60/50	17,0	17,0	3,9	238	15,0	23,7	2,35	0,05	0,1	1,22
183	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	6,8	45,4	288	16,88	159,5	5,47	0,31	0,16	0,00
		220	14,4	9,4	63,0	401	23,45	221,5	7,59	0,43	0,22	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 сахаром и лимоном	200	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
61	Суп картофельный с макарон.изделиями	300	3,2	3,0	22,6	133	16,05	25,11	1,03	0,10	0,06	7,92