

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

Наименование блюда	Выход блюда
Фрикадельки мясные	90
Пюре картофельное	180
Компот из смеси сухофруктов	200
Хлеб сельский	60

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Рассольник ленинградский	300/12
Фрикадельки мясные	100
Пюре картофельное	220
Компот из смеси сухофруктов	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
107	Фрикадельки мясные	90	11,3	9,3	8,2	162	23,84	20,99	0,92	0,04	0,10	0,02
		100	14,1	11,8	10,4	205	31,08	26,40	1,15	0,06	0,13	0,03
146	Пюре картофельное	180	3,7	5,9	24,0	166	42,72	34,08	1,24	0,14	0,12	12,45
		220	4,5	7,2	29,4	203	52,21	41,66	1,51	0,17	0,15	15,22
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	-
310	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	14,62	8,50	0,92	0,07	0,21	0,29
56	Рассольник ленинградский	300/12	2,6	6,2	18,5	142	18,06	26,99	1,01	0,09	0,06	8,04