

**МЕНЮ на 18 января 2024 г.**  
**АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ**  
**Завтрак 1-4 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный протёртый	250
Сок фруктовый	200
Печенье песочное	80
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60

**Обед 5-11 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный протёртый	300
Плов из говядины	250
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
120	Плов из говядины	250	17,7	16,5	47,9	415	19,64	50,69	2,35	0,07	0,10	0,90
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	-
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Печенье песочное	80	4,0	13,9	54,9	356	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
66	Суп картофельный протёртый	250	5,3	7,4	28,0	202	68,37	32,40	1,21	0,12	0,12	6,06
		300	6,4	8,9	33,6	243	82,04	38,88	1,45	0,14	0,15	7,27