

**МЕНЮ на 20 мая 2024 г.**  
**АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ**  
**Завтрак 1-4 класс**

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

**Обед 5-11 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Щи из свежей капусты с картофелем	300/12
Котлета рубленая из птицы	100
Макаронные изделия с тертым сыром	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
136	Котлета рубленая из птицы	90	13,5	19,2	13,9	284	19,8	20,42	1,61	0,06	0,10	0,35
		100	15,0	21,4	15,5	316	22,0	22,69	1,79	0,07	0,11	0,39
229	Макаронные изделия с тертым 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
	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	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0	0	1,12
55	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
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0