

МЕНЮ на 21 февраля 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Гуляш из говядины	50/50
Каша гречневая рассыпчатая	180/5
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный с макарон.изделиями	300
Гуляш из говядины	60/50
Каша гречневая рассыпчатая	220/5
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
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	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
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