

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

Наименование блюда	Выход блюда
Котлета из курицы	90
Макаронные изделия с тертым сыром	180
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

**Обед 5-11 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный с бобовыми	300
Котлета из курицы	100
Макаронные изделия с тертым сыром	250
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	50

№Т К	Наименование блюда	Выход порци и г	Б г	Ж г	У г	ккал	Са	Mg	Fe	В1	В2	В3
136	Котлета из курицы	90	13,5	19,2	13,9	284,4	19,8	20,42	1,61	0,063	0,09	0,351
		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	50	3,3	0,55	23,7	103	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0,00
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,00	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
65	Суп картофельный с бобовыми	300	9,6	4,4	38,5	245	39,5	48,25	2,8	0,26	0,1	5,59