

МЕНЮ на 28 декабря 2024 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Морковь с сахаром	80
Суп картофельный с лапшой домашней	250
Сок фруктовый	200
Компот из свежих плодов (яблок)	200
Хлеб сельский	50

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный с лапшой домашней	300
Винегрет овощной	100
Сок фруктовый	200
Компот из свежих плодов (яблок)	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
62	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,8	2,7	17,9	109	14,78	20,93	0,85	0,08	0,06	6,6
		300	3,4	3,3	21,4	131	17,74	25,12	1,03	0,10	0,07	7,92
	Хлеб сельский	50	3,3	0,55	23,7	103	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0,00
311	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6,03	3,13	0,80	0,01	0,01	1,6
42	Винегрет овощной	100	1,3	2,3	7,2	54	23,23	16,16	0,67	0,03	0,03	5,18
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
16	Морковь с сахаром	80	0,9	0,1	8,5	37	18,35	25,39	0,48	0,03	0,04	1,54