

**МЕНЮ на 29 января 2024 г.**  
**АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ**  
**Завтрак 1-4 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Макаронные изделия отварные	180
Котлета рубленая из птицы	90
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб сельский	60
Соус томатный	30

**Обед 5-11 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Суп картофельный с бобовыми	300
Макаронные изделия отварные	220
Котлета рубленая из птицы	100
Соус томатный	50
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
227	Макаронные изделия отварные	180	6,6	4,7	39,4	230	11,31	9,07	0,92	0,07	0,02	-
		220	8,1	7,2	48,2	295	14,03	11,09	1,12	0,09	0,03	0
136	Котлеты рубленые из птицы	100	15,0	21,4	15,5	316	22,0	22,69	1,79	0,07	0,11	0,39
		90	13,5	19,2	13,9	284	19,80	20,42	1,61	0,06	0,10	0,35
	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	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,0	0,0	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
248	Соус томатный	30	0,3	1,4	1,9	22	1,5	2,08	0,09	0,005	0,007	0,59
		50	0,5	2,4	3,1	37	2,5	3,47	0,16	0,01	0,012	0,99