

**МЕНЮ на 29 января 2025 г.
АДШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ
Завтрак 1-4 класс**

Наименование блюда	Выход блюда
Котлета из говядины	90
Макаронные изделия отварные	180/5
Соус томатный	30
Компот из свежих плодов	200
Хлеб сельский	50

Обед 5-11 класс

Наименование блюда	Выход блюда
Суп крестьянский с крупой	300/12
Котлета из говядины	100
Макаронные изделия отварные	220/8
Соус томатный	50
Компот из свежих плодов	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
99	Котлета из говядины	90	18,5	16,4	15,7	288	39,02	32,19	1,67	0,072	0,135	0,342
		100	20,6	18,3	17,5	320	43,35	35,77	1,85	0,08	0,15	0,38
227	Макаронные изделия отварные	180/5	6,6	4,7	39,4	230	11,31	9,07	0,92	0,07	0,02	0,00
		220/8	8,1	7,2	48,2	295	14,03	11,09	1,12	0,09	0,03	0,00
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
311	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6,03	3,13	0,80	0,01	0,01	1,60
67	Суп крестьянский с крупой	300/12	2,5	6,1	14,9	126	27,98	20,62	0,77	0,05	0,04	9,60
	Хлеб сельский	50	3,3	0,55	23,7	103	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0,00