

Утверждаю
директор МБОУ «Староайбесинская СОШ»
Алатырского района Чувашской Республики
_____ Н.И. Махрова

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (7-11 лет)
05.12.2022 (11-й день)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
40	салат витаминный (II вариант)	60	112	0,8	9,1	7,7
143	суп с макаронными изделиями и картофелем	200	87	2,2	2,3	14,6
437	гуляш из говядины	80	186	13,5	13,1	3,2
520	пшено	150	144	3,1	5,0	21,8
	сок	200	62	1,4	0,0	13,7
	хлеб ржано-пшеничный	90	185	6,5	2,0	38,6

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (12-18 лет)
05.12.2022 (11-й день)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
40	салат витаминный (II вариант)	80	149,7	0,8	9,1	7,7
143	суп с макаронными изделиями и картофелем	200	87	2,2	2,3	14,6
437	гуляш из говядины	80	186	13,5	13,1	3,2
520	пшено	150	144	3,1	5,0	21,8
	сок	200	62	1,4	0,0	13,7
	хлеб ржано-пшеничный	130	266,8	6,5	2,0	38,6