

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

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (7-11 лет)
06.12.2022 (12-й день)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
43	салат из белокочанной капусты	60	57	0,8	3,1	7,3
110	борщ из капусты и картофеля	200	82	1,6	4,8	10,7
451	котлеты рубленые	100	239	17,1	13,3	15,1
224	рагу овощное	150	147	2,3	9,2	14,6
685	чай с сахаром	200	56	0,2	0,0	15,0
	хлеб ржано-пшеничный	90	185	6,5	2,0	38,6

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (12-18 лет)
06.12.2022 (12-й день)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
43	салат из белокочанной капусты	80	75,4	0,8	3,1	7,3
110	борщ из капусты и картофеля	200	82	1,6	4,8	10,7
451	котлеты рубленые	100	239	17,1	13,3	15,1
224	рагу овощное	150	147	2,3	9,2	14,6
685	чай с сахаром	200	56	0,2	0,0	15,0
	хлеб ржано-пшеничный	130	266,8	6,5	2,0	38,6