

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

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (7-11 лет)
09.12.2022 (3-й день)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
43	салат из белокочанной капусты	60	57	0,8	3,1	7,3
142	суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	82	1,7	2,2	14,2
487	курица отварная	100	290	33,3	17,2	0,5
511	рис отварной	150	227	6,1	6,6	35,6
648	кисель из концертрата	200	126	0,1	0,0	32,1
	хлеб ржано-пшеничный	90	185	6,5	2,0	38,6

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (12-18 лет)
09.12.2022 (3-й день)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
43	салат из белокочанной капусты	80	57	0,8	3,1	7,3
142	суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	82	1,7	2,2	14,2
487	курица отварная	155	449,9	33,3	17,2	0,5
511	рис отварной	150	227	6,1	6,6	35,6
648	кисель из концертрата	200	126	0,1	0,0	32,1
	хлеб ржано-пшеничный	130	266,8	6,5	2,0	38,6