

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

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (7-11 лет)
14.12.2022 (6-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	2,6	4,8	10,7
470	фрикадельки из говядины	100	272	16,6	19,2	9,3
520	картофельное пюре	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)
14.12.2022 (6-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	2,6	4,8	10,7
470	фрикадельки из говядины	100	272	16,6	19,2	9,3
520	картофельное пюре	150	144	3,1	5,0	21,8
	сок	200	62	1,4	0,0	13,7
	хлеб ржано-пшеничный	130	266,7	6,5	2,0	38,6