

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

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (7-11 лет)
16.12.2022 (8-й день)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
71	винегрет овощной с растительным маслом	60	79	0,9	6,1	5,6
139	суп картофельный с бобовыми	200	118	2,9	3,7	18,7
369	рыба отварная	100	114	15,7	14,3	0,9
520	картофельное пюре	150	144	3,1	5,0	21,8
638	компот из изюма	200	84	0,2	0,0	84,1
	хлеб ржано-пшеничный	90	185	6,5	2,0	38,6

Меню
для обучающихся МБОУ «Староайбесинская СОШ»
осенне-зимний период (12-18 лет)
16.12.2022 (8-й день)

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
71	винегрет овощной с растительным маслом	80	104,7	0,9	6,1	5,6
139	суп картофельный с бобовыми	200	118	2,9	3,7	18,7
369	рыба отварная	140	157,3	15,7	14,3	0,9
520	картофельное пюре	150	144	3,1	5,0	21,8
638	компот из изюма	200	84	0,2	0,0	84,1
	хлеб ржано-пшеничный	130	266,8	6,5	2,0	38,6