

Директора МБОУ СОШ №10



УТВЕРЖДАЮ:

Боева М.М.

МП

От 16.01.2024 г.

МЕНЮ

На 20 января 2023 года
Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Котлета рубленая из птицы с соусом сметанным	100/20	17,69	5,82	15,14	189,72	32,63
Рис припущенный со сливочным маслом	180/6,3	4,37	5,16	44,05	240,18	10,76
Капуста квашеная	100	1,71	5,00	8,46	85,70	9,00
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	13,76	55,13	1,15
Хлеб пшеничный йод	30	2,37	0,30	14,49	70,14	2,04
Хлеб ржаной	30	1,68	0,32	14,00	68,96	2,16
ИТОГО	681	27,92	16,60	109,90	709,83	57,74

Повар

Мерзакулова А.И.