

Директор МБОУ СОШ №10



МЕНЮ

На 23.01. 2025 года
Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Завтрак						
Кукуруза отварная	60,0	1,20	0,20	6,10	31,30	22,79
Рыба запеченная под молочным соусом	70/20	7,03	10,44	8,70	156,60	68,53
Картофельное пюре	150/7,5	3,08	2,33	19,13	109,73	17,25
Чай с лимоном	180/7	0,11	0,00	13,96	56,23	3,54
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,68
Хлеб пшеничный йод	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,56
Яблоко	100	0,60	0,60	14,70	70,5	9,75
ИТОГО	634,50	14,12	13,97	83,56	510,48	126,10

Повар

Щегельская Т.М.