

Директор МБОУ СОШ №10



УТВЕРЖДАЮ:

Боева М.М.

МП

От 14.01.2025г.

МЕНЮ

На 14.01.2025 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Завтрак						
Капуста квашеная	100	1,71	5,0	8,46	85,70	15,20
Пюре картофельное со сливочным маслом	180/9	3,70	2,80	22,96	131,68	21,45
Тефтеля говяжья с соусом сметана с томатом	100/20	8,87	9,83	11,69	171,27	60,80
Чай с лимоном	200/7	0,11	0,00	13,96	56,23	3,79
Хлеб пшеничный йод	30	1,65	0,27	18,00	72,03	2,43
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	2,10
ИТОГО	671	17,29	18,18	86,32	564,41	105,77

Повар

Щегельская Т.М.