

Директор МБОУ СОШ №10



## МЕНЮ

На 10 сентября 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Завтрак						
Нарезка из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,68	36,24	4,94
Пюре картофельное со сливочным маслом	150/7,5	3,08	2,33	19,13	109,73	16,13
Тефтеля говяжья с соусом сметана с томатом	90/20	8,13	9,01	10,72	157,00	54,42
Чай с лимоном	200/7	0,11	0,00	13,96	56,23	3,54
Хлеб пшеничный йод	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,56
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,68
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,71
ИТОГО	615	14,64	14,74	101,89	589,42	91,98