

директор МБОУ СОШ №10



МЕНЮ

На 30 сентября 2023 года
Возрастная категория от 12 до 18 лет

| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
|---|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 | 6,39 |
| Сыр «Российский» | 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,00 | 6,59 |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 200/20 | 38,12 | 9,20 | 16,14 | 299,64 | 77,71 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,10 | 0,00 | 13,76 | 55,13 | 1,16 |
| Хлеб пшеничный йод | 20 | 0,10 | 1,18 | 12,00 | 48,02 | 1,24 |
| Яблоко свежее | 120 | 0,48 | 0,48 | 12,36 | 56,40 | 8,58 |
| ИТОГО | 595,00 | 42,20 | 20,06 | 54,39 | 561,19 | 101,67 |