

Директор МБОУ СОШ №10

УТВЕРЖДАЮ:

Боева М.М.

МП

От 02.10.2024 г.



МЕНЮ

На 02 октября 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 | 1,00 | 2,00 | 0 | 21,00 | 4,94 |
| Плов из курицы | 150/100 | 22,52 | 11,18 | 45,57 | 229,96 | 58,80 |
| Чай с сахаром | 15/200 | 0,10 | 0,00 | 13,76 | 55,13 | 1,97 |
| 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 | 605 | 25,92 | 13,58 | 112,33 | 521,13 | 78,66 |