

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №10

Боева М.М.

МП

От 03.10.2024 г.



МЕНЮ

На 03 октября 2024 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	20,79
Рыба запеченная под молочным соусом	10/20	7,03	10,44	8,70	156,60	45,88
Картофельное пюре	150/7,5	3,08	2,33	19,13	109,73	16,13
Чай с лимоном	200/7	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	30	1,10	0,18	12,00	48,02	2,34
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	13,65
<b>ИТОГО</b>	<b>704,50</b>	<b>14,12</b>	<b>13,97</b>	<b>83,56</b>	<b>510,38</b>	<b>104,01</b>