

Директор МБОУ СОШ №10

УТВЕРЖДАЮ:

Босва М.М.

(М.П.)

От 14.10.2024



МЕНЮ  
На 14.10.2024 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
<b>Завтрак</b>						
Горошек консервированный	100	2,83	0,17	5,85	36,83	18,42
Омлет натуральный со сливочным маслом	180/6	15,24	21,60	3,96	270,60	52,02
Сыр «Российский»	10	2,32	2,95	0,00	36,00	6,50
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,26	0,14	66,00	8,44
Какао с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	9,03
Хлеб пшеничный йод	30	1,65	0,27	18,00	72,03	2,34
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	596	24,64	33,81	84,82	729,48	108,14