

директор МБОУ СОШ №10



## МЕНЮ

На 21 ноября 2023 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из соленого огурца	100	1,12	0,10	3,50	20,00	9,50
Котлета рубленая из птицы с соусом сметанным с томатом	20/100	17,69	5,82	15,14	189,72	32,03
Каша пшеничная со сливочным маслом	6/180	4,81	5,10	29,50	183,06	6,67
Кофейный напиток на молоке	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,00
Хлеб пшеничный йод	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,30
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,72
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	3,72
ИТОГО	676	28,12	18,05	106,73	704,90	62,94

Повар

Мерзакулова А.И.