

Директора МБОУ СОШ № 10



УТВЕРЖДАЮ:

Боева М.М.

МП

От 16.11.2024 г.

### МЕНЮ

На 16.11. 2024 года  
Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
<b>Завтрак</b>						
Котлета рубленая из птицы с соусом сметанным	100/20	17,69	5,82	15,14	243,0	42,57
Рис припущенный со сливочным маслом	180/6,3	4,37	5,16	44,05	240,18	13,02
Нарезка из белокочанной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,4	8,17
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	13,76	55,13	1,97
Хлеб пшеничный йод	30	2,37	0,30	14,49	70,14	2,34
Хлеб ржаной	30	1,68	0,32	14,00	68,96	2,52
<b>ИТОГО</b>	<b>681</b>	<b>27,52</b>	<b>13,35</b>	<b>109,90</b>	<b>709,83</b>	<b>70,59</b>

Повар

Щегельская Т.М.