

Директор МБОУ СОШ №10

УТВЕРЖДАЮ:
Берева М.М.

МП

От 19.12.2024 г.



МЕНЮ

На 19.12. 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	22,70
Рыба запеченная под молочным соусом	70/20	7,03	10,44	8,70	156,60	59,14
Картофельное пюре	150/7,5	3,08	2,33	19,13	109,73	17,88
Чай с лимоном	180/7	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	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,56
Яблоко свежее	100	0,60	0,60	14,70	70,50	9,10
ИТОГО	634,50	14,12	13,97	83,56	510,38	115,06

Повар

Щегельская Т.М.