

Директор МБОУ СОШ №10

УТВЕРЖДАЮ:
Боева М.М.

МП

От 19.12.2024 г.



МЕНЮ

На 19.12. 2024 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Завтрак						
Кукуруза отварная	100,0	2,00	0,33	10,17	52,17	38,55
Рыба запеченная под молочным соусом	80/20	7,81	11,60	9,67	174,00	62,95
Картофельное пюре	180/9	3,70	2,80	22,96	131,68	21,45
Чай с лимоном	200/7	0,11	0,00	13,96	56,23	3,51
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,68
Хлеб пшеничный йод	30	1,65	1,27	18,00	72,03	2,52
Яблоко свежее	100	0,60	0,60	14,70	70,50	9,10
ИТОГО	746,0	16,87	15,82	98,46	594,64	139,76

Повар

Щегельская Т.М.