

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
С.В.Можина



МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа МБОУ СОШИ Отд./корп 10 День Дата: 15.03.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак		Каша пшеничная	200	213.16	6.38	10.20	29.78
	310/2012	Яйцо вареное	60	96.00	7.44	6.96	0.05
	202/2013	Батон	50	131.00	3.44	1.04	20.40
	493/2013	Чай с сахаром	200	40.19	0.00	0.00	10.05
			510	480.35	17.26	18.20	60.28
Обед	142/2013	Щи из свежей капусты	250	264.40	10.90	15.90	25.60
	367/2018	Птица в соусе с томатом	90	185.25	12.67	16.80	2.85
		Макаронные изделия отварные с маслом	150	193.20	7.54	0.90	38.72
	47/2013	Горошек зеленый	30	20.10	1.55	0.10	3.25
	108/2013	Хлеб	50	108.50	3.58	0.45	24.85
	493/2013	Чай с сахаром	200	40.19	0.00	0.00	10.05
		Пряник	50	167.90	2.40	1.40	38.85
			820	979.54	38.64	35.55	144.17