

"Утверждаю"

и.о. директора МБОУ СОШИ

С.Н. Щулькина



Дата:

13.10.2023

МЕНЮ

Возрастная категория: 11-18 лет

Школа

МБОУ СОШИ

Отд./корп

10 День

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак		Каша пшеничная	200	213,16	6,38	7,62	29,78
	310/2012	Яйцо вареное	40	3,02	0,24	0,22	0,01
	90	Бутерброт с сыром	30/15	153	6,7	9,5	9,9
		Чай с сахаром	200	40,19	0,00	0,00	10,05
				409,37	13,32	17,34	49,74
Обед	102	Щи из свежей капусты	250/10	264,40	10,90	12,00	25,60
	381/2013	Котлета мясная	90	257,40	16,02	15,75	12,87
		Рожки, зел.горошек	200 / 30	237,00	15,00	54,00	23,90
	376	Чай с сахаром	200	40,19	0,00	0,00	10,05
	14	Хлеб	50	108,50	3,58	0,45	24,85
	450	Пряник	50	167,90	2,40	1,40	38,85
				1075,39	47,90	83,60	136,12