

МЕНЮ

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №10
имени А.Г. Таран

СА Звирко

09 декабря 2025 год
ДЕНЬ 7

Названия блюд	1-4 класс (выход,гр)	Энергетиче- сская ценность, (ккал)	Завтрак									
			Белки	Жиры	Углеводы	Стоимость, руб	5-11 класс (выход,г р)	Энергетиче- сская ценность, (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы	Стоимость, руб
7-11 лет									12-18 лет			
Салат из белокочанной капусты	60	35,76	0,79	1,95	3,76	6 – 67	100	59,60	1,32	3,25	6,27	8 - 86
Котлеты рубл.из птицы	90	234,00	14,30	13,70	13,32	30 – 29	100	260,00	15,89	15,22	14,80	35 – 31
Картофель и овощи туш.в соусе	150	216,00	3,26	12,50	22,66	18 – 80	200	288,00	4,35	16,70	30,21	25-34
Чай с лимоном	200	62,00	0,13	0,02	15,20	3 - 10	200	62,00	0,13	0,02	15,20	3 - 10
Хлеб пшеничный	20	46,70	1,62	0,20	9,76	1 - 24	20	46,70	1,62	0,20	9,76	1 - 24
Хлеб ржаной	25	53,50	1,18	0,18	12,45	1 - 90	35	74,90	1,65	0,25	17,43	2 - 66
Кисломолочный продукт	150	76,50	4,35	3,75	6,30	37 - 00	180	91,80	5,22	4,50	7,56	45 - 00
Итого	695,00	725,66			99 - 00	835,00	882,50				121 - 51	