Утверждаю:
врио директора МБОУ СОШ № 10 г. Татарска
Е.И.Марфина

Меню и пищевая ценность блюд обучающихся 1-11 классов 06.11.26 г пятница

	Завтрак						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	10,95
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	7,67
54-5м	Котлета из курицы	80	15,3	3,5	10,9	135,7	58,08
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,61
	Итого за Завтрак	530	34,1	12,7	65,6	512,5	86,83
	Завтрак						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	10,95
54-21г	Горошница	160	15,4	1,4	36	218,5	8,18
54-5м	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12,2	152,7	65,34
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,71
	Итого за Завтрак	550	36,9	13,1	68	538,4	90,70
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	31,52
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Корж молочный	75	4,5	16,3	40,3	326,1	45,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,68
	Итого за Завтрак	505	15,3	26,7	96,6	688,4	86,83
	Обед						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	10,95
54-3с	Рассольник Ленинградский	170	7,4	9,3	12,4	162,8	20,49
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	7,67
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	2,9	10,7	130,2	60,38
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,66
	Итого за Обед	700	41,5	21,3	76,7	665	104,67
	Итого за день	1205	56,8	48	173,3	1353,4	191,50