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

Меню и пищевая ценность блюд обучающихся 1-11 классов 05.11.26 г четверг

	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	11,44
54-16к	Каша "Дружба"	180	4,5	5,3	21,6	152	20,82
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	4,24
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37,00
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,30
	Итого за Завтрак	575	15,2	11,4	79,1	478,8	86,63
	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	17,16
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5,9	24	168,9	23,14
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	2,70
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,87
	Итого за Завтрак	565	14,3	12,6	63,9	426	90,70
	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	11,44
54-16к	Каша "Дружба"	180	4,5	5,3	21,6	152	20,82
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,54
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37,00
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,20
	Итого за Завтрак	570	14,8	11,3	76,7	467,1	86,83
	Обед						
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	200	9,6	11,6	11,9	190,3	14,94
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	33,02
54-3м	Голубцы ленивые	90	7,6	6,9	5,8	115,5	42,84
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8	80,8	11,43
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,44
	Итого за Обед	660	22,2	24	67,1	572,9	104,67
	Итого за день	1230	37	35,3	143,8	1040	191,50