Утверждаю:

врио директора МБОУ СОШ № 10 г. Татарска

Е.И.Марфина _____

Меню и пищевая ценность блюд обучающихся 1-11 классов 19.10.26 г понедельник

Завтрак 1-4 кл						
Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	19,50
Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2	277	38,54
Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	22,1	105,5	5,34
Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,40
Итого за Завтрак	505	17,4	21,7	89,3	621,3	86,83
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	10,9	0,2	99,1	19,50
Макароны отварные с сыром	250	10,5	9,1	38,2	277	38,54
Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,40
Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	22,1	105,5	5,34
Итого за Завтрак	550	17,4	21,7	89,3	621,3	86,83
Завтрак ОВЗ						
Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	19,50
Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2	277	38,54
Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,40
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	5,34
Итого за Завтрак	500	17,4	21,7	89,3	621,3	86,83
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,5	7	16,4	162,4	15,11
Рис отварной	170	4,1	5,5	41,3	230,7	19,58
Курица тушеная с морковью	80	11,3	4,6	3,5	100,7	51,55
Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9	13,83
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,60
Итого за Обед	700	28,1	17,6	104,1	686,9	104,67
Итого за день	1200	45,5	39,3	193,4	1308,2	191,50