

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

Меню и пищевая ценность блюд обучающихся 1-11 классов 01.09.26 г вторник

Завтрак 1-4 кл							
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	13,00
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,8	33,44
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	23,10
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	3,2	14,3	10,60
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,99
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	2,70
	Итого за Завтрак	500	16,1	21,4	72,7	547,4	86,83
Завтрак 5-11 кл							
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	13,00
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,8	33,44
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	23,10
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	3,2	14,3	10,60
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	5,25
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,31
	Итого за Завтрак	540	19,1	22,2	92,8	646,7	90,70
Завтрак ОВЗ							
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	100	4,2	5,1	18,8	137,5	15,76
54-2г	Запеканка из творога с морковью	140	14,5	8,5	21,1	219,4	60,68
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3	4,56
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,20
	Итого за Завтрак	500	22	13,9	75,4	515,3	86,83
Обед							
54-8с	Суп гороховый	170	8,6	7,7	14,5	161,8	12,22
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	16,55
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	2,9	10,7	130,3	60,40
54-3соус	Соус красный основной	20	1,2	1,2	1,9	22,9	2,94
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	1,13
	Итого за Обед	640	35,2	18,3	92,6	676,4	104,67
	Итого за день	1140	57,2	32,2	168	1191,7	191,50