

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



Меню и пищевая ценность блюд обучающихся 1-11 классов 21.09.26 г понедельник

	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	19,5
54-3г	Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2	277	38,54
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	4,73
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	6,01
	Итого за Завтрак	500	17,4	21,7	89,3	621,3	86,83
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	13
54-3г	Макароны отварные с сыром	250	13,2	11,4	47,8	346,2	48,17
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,73
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9	6,75
	Итого за Завтрак	550	20,5	20,6	101,5	672	90,7
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	19,5
54-3г	Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2	277	38,54
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	5,34
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,4
	Итого за Завтрак	500	17,4	21,7	89,3	621,3	86,83
	Обед						
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6	2,7	19,4	126,1	18,88
54-6г	Рис отварной	170	4,1	5,5	41,3	230,7	19,58
54-25м	Курица тушеная с морковью	80	11,3	4,6	3,6	101,1	48,94
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9	13,49
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	3,78
	Итого за Обед	740	24,8	13,2	102,3	627,6	104,67
	Итого за день	1240	42,2	34,9	191,6	1248,9	191,5