

Согласовано

И.О. Директора «МКОУ СШ № 10»  
Алехина Л.А.



МЕНЮ на 20.07.2021г.

N Рецеп- туры	Наименование блюда	Цена	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества(г)			Энерг. ен. (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
<b>ЗАВТРАК</b>							
101	Блинчики со сгущенным молоком	28-65	150	0,6	2,37	3,85	39
ПР	Хлеб пшеничный	2-43	30	2,28	0,18	15,72	70
376	Чай с сахаром	2-31	215	0,07	0,02	15	60
		<b>33-39</b>					
<b>ОБЕД</b>							
70	Овощи свежие (помидор)	5-58	30	1,12	1,0	3,5	20
148	Суп картофельный с вермишелью	16-98	250	2,8	5,8	13,9	120
498	Котлеты, рубленые из птицы	41-54	100	16,1	15,1	15,1	263
302	Каша гречневая рассыпчатая	14-11	180	10,3	7,31	46,37	293
ПР	Хлеб пшеничный	4-86	60	4,56	0,36	31,44	140
349	Компот из смеси сухофруктов	5-00	215	0,07	0,02	15	60
		<b>88-07</b>					
<b>ИТОГО:</b>		<b>121-46</b>					