

Согласовано:

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



Утверждаю:

ИП Паластрова Е.И.



МЕНЮ на 21.07.2021г.

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
ЗАВТРАК							
102	Каша молочная «Дружба»	22-67	210	0,6	2,37	3,85	39
ПР	Булочка «Веснушка»	11-83	50	2,36	7,49	14,89	136
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
		39-24					
ОБЕД							
70	Овощи свежие (огурец)	5-36	30	1,12	1,0	3,5	20
88	Щи из свежей капусты с картофелем	16-04	250	1,77	4,95	7,9	90
229	Рыба, тушенная с овощами	36-58	100/50	14,63	7,43	5,7	158
312	Гороховое пюре	9-46	180	16,36	8,23	42,03	306
ПР	Хлеб пшеничный	4-86	60	4,56	0,36	31,44	140
342	Сок плодово - ягодный	17-75	200	3,17	2,68	15,9	101
		90-08					
	ИТОГО:	129-32					