

Согласовано:

Директор «МКОУОСШ № 10»
Денисова Н.В.



МЕНЮ на 22.06.2021г.

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
1	Бутерброд с маслом	16-39	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 и лимоном	5-00	215/7	0,07	0,02	15	60
		46-49					
ОБЕД							
70	Овощи свежие (помидор)	5-58	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	32-26	100/50	14,63	7,43	5,7	158
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
		77-85					
ИТОГО:		124-34					