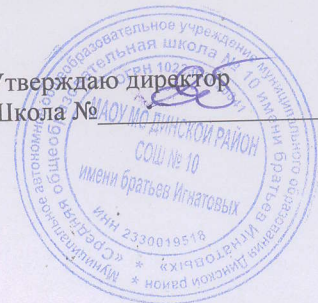


Утверждаю директор
Школа № 10



Меню
« 05 » мая 2023г.
День 10

Завтрак учащихся 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	160/10	13,66	15,68	38,00	359,82	222	73,34
2	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	10,14
3	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	2,24
4	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	4,55
	Дополнительное питание: фрукт (банан, груша, апельсин)							38
	Итого за завтрак	505	17,58	16,26	85,72	573,51		128,27

Обед учащихся 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Борщ с капустой и картофелем	200	6,24	7,44	24,50	146,9	82	8,88
2	Рагу из птицы (курица)	240	16,85	19,01	21,98	351,07	289	40,34
3	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	10,14
4	Хлеб пшеничный 40	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
5	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
6	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	4,55
	Дополнительное питание: фрукт (банан, груша, апельсин)							38
	Итого	810	28,78	27,28	111,60	767,61		106,57

Повар *В. Валовой*

Утверждаю директор
СОШ № 10



« 05 » мая 2023г.
Меню
от 11 лет и старше 1 смена
10 день

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	200/20	17,08	19,60	47,50	449,78	222	92,59
2	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	10,14
3	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
4	Фрукты св, (яблоко)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	4,55
	Итого за завтрак	560	21,36	20,22	97,68	675,22		109,84

Повар

Григорьевская И.В.