Согласовано:
ИП Ходаков Д.М.
«____» _____ 2023г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №10
«21» декабря 2023г.

МЕНЮ

На 21 декабря 2023

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Горошек овощной отварной с маслом	60/5	15-21	1,86	2,64	3,9	46,8	Дели принт 2005-131
Рыба, тушенная в томате с овощами	90/50	43-41	12,74	6,72	6,72	138,6	Дели принт 2005-229
Пюре картофельное	150	13-24	3,12	5,1	18,57	132,6	Дели принт 2005-312
Компот из свежих плодов	200	5-90	0,16	0	29,0	133,6	Дели принт 2005-342
Хлеб пшеничный	30	1-69	2,37	0,3	14,5	71,0	Пром.
Хлеб ржано-пшеничный	20	1-21	1,32	0,24	8,6	40,4	Пром.
	605	80-66	21,57	15,0	81,29	563	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Овощи натуральные соленые помидоры	60	9-04	0,48	0,12	1,92	10,8	Дели принт 2005-70/71
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	6-18	2,12	2,22	19,38	106,0	Дели принт 2005-103
Голубцы ленивые	90	27-56	3,6	5,1	20,33	141,5	Дели принт 2012-298
Соус сметанный с томатом	30	3-68	0,54	1,57	2,29	25,5	Дели принт 2012-331
Каша рассыпчатая пшеничная	150	8-08	6,58	5,06	41,29	237,0	Дели принт 2005-302
Чай с лимоном	200/15/7	3-82	2,0	0	16,0	65,0	Дели принт 2005-377
Хлеб пшеничный	30	1-69	2,37	0,3	14,5	71,0	Пром.
Хлеб ржано-пшеничный	20	1-21	1,32	0,24	8,6	40,4	Пром.
	802	61-26	33,77	31,88	107,01	842,4	

Технолог: Ходаков Дмитрий Михайлович Калькулятор: