



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №10  
 имени В.П.Кирьяновой ст.Губской  
 Н.Н.Демченко  
 « 05 » 05 2024 г.

06.05.2024 г.

ОБЕД

1-4 кл.

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Цена (руб.)	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Суп с бобовыми	200	3,28	0,32	7,92		47,68
		0,13	0,01	0,69		3,50
		0,14	0,02	0,82		4,10
		0,03	2,90	0,05		26,44
		1,32	0,26	10,76	7,50	50,82
Рыба запеченная	100	20,19	1,14	62,87		91,44
		0,10	6,99	3,47		62,93
		0,78	0,11	4,75	48,35	23,03
Соус томатный	50	0,22	0,03	1,36		6,58
		0,34	0,14	1,33		7,14
		0,18	0,02	0,90		3,59
		0,02	1,45	0,03	4,07	13,22
Картофельное пюре	150	3,38	0,68	27,55		130,13
		0,03	2,90	0,05		26,44
		0,58	0,50	0,96	9,40	10,80
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	2,90	117,50
огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	5,88	7,80
Хлеб ржаной	25	1,63	0,30	8,35	1,95	43,50
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,03	14,75		63,25
		1,44	0,14	6,99	4,06	27,93
<b>ИТОГО</b>	<b>835</b>				<b>84,11</b>	

ОБЕД 5-11 кл.

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Цена (руб.)	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Суп с бобовыми	250	4,10	0,40	9,90		59,60
		0,16	0,01	0,83		4,20
		0,17	0,02	0,98		4,92
		0,04	3,63	0,07		33,05
		1,66	0,33	13,53	9,38	63,91
Рыба запеченная	150	28,30	1,60	88,11		128,16
		0,10	6,99	3,47		62,93
		0,78	0,11	4,75	66,01	23,03
Соус томатный	50	0,22	0,03	1,36		6,58
		0,34	0,14	1,33		7,14
		0,18	0,02	0,90		3,59
		0,02	1,45	0,03	4,07	13,22
Картофельное пюре	180	4,00	0,80	32,60		154,00
		0,06	5,80	0,10		52,88
		0,78	0,68	1,30	11,28	14,58
Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	3,48	141,00
огурец соленый	68	0,54	0,07	1,16	6,66	8,84
Хлеб ржаной	30	1,95	0,36	10,02	2,34	52,20
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,03	14,75		63,25
		1,44	0,14	6,99	4,06	27,93
<b>ИТОГО</b>	<b>988</b>				<b>107,28</b>	