



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №10
 имени В.Г.Жиряковой ст.Губской
 Е.Н.Демченко
 2024 г.

13.05.2024 г. ОБЕД 1-4 кл.

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Цена (руб.)	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Суп картофельный	200	0,00	2,00	0,00		17,98
		0,13	0,01	0,69		3,50
		0,14	0,02	0,82		4,10
		1,60	0,32	13,04		61,60
		0,10	0,00	0,38	5,70	2,04
Гуляш из говядины	90	10,23	8,80	10,45		119,90
		0,33	0,05	2,03		9,87
		0,05	4,35	0,49		39,66
		0,22	0,03	1,31		6,56
		0,53	1,76	2,09	41,69	11,22
Салат из капусты	60	3,02	0,01	2,96		17,64
		0,06	0,01	0,48		2,87
		0,24	0,01	0,41	7,05	1,04
Кисель из яблок	180	0,29	0,01	0,49		6,12
		0,04	0,02	0,98		79,32
		0,12	0,09	0,01	7,33	4,03
Макаронные изделия отварные с овощами	150	3,53	0,50	21,55		104,90
		0,55	0,04	2,90		14,70
		0,00	5,00	0,00		44,95
		0,58	0,00	2,28	7,40	12,24
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	2,90	117,50
йогурт	150	5,02	4,50	7,20	17,85	90,00
Хлеб ржаной	25	1,63	0,30	8,35	1,95	43,50
ИТОГО	905				91,87	

ОБЕД 5-11 кл.

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Цена (руб.)	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Суп картофельный	250	0,00	2,00	0,00		17,98
		0,16	0,01	0,83		4,20
		0,17	0,02	0,98		4,92
		2,00	0,40	16,30		77,00
		0,19	0,00	0,76	7,12	4,08
Гуляш из говядины	100	13,02	11,20	13,30		152,60
		0,33	0,05	2,03		9,87
		0,05	4,35	0,49		39,66
		0,24	0,03	1,39		6,97
		0,53	1,76	2,09	55,29	11,22
Салат из капусты	60	3,02	0,01	2,96		17,64
		0,06	0,01	0,48		2,87
		0,24	0,01	0,41	7,05	1,04
Кисель из яблок	200	0,29	0,01	0,49		6,12
		0,05	0,03	1,23		99,15
		0,17	0,13	0,02	8,15	4,48
Макаронные изделия отварные с овощами	180	3,53	0,50	21,55		104,90
		0,55	0,04	2,90		14,70
		0,00	5,00	0,00		44,95
		0,58	0,00	2,28	8,88	12,24
Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	3,48	141,00
йогурт	150	5,02	4,50	7,20	17,85	90,00
Хлеб ржаной	30	1,95	0,36	10,02	2,34	52,20
ИТОГО	1030				110,16	