

16.05.2024 г.

ОБЕД

1-4 кл.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №10  
 имени В.Г. Кирьяновой ст. Губской  
 Е.Н. Демченко  
 «16» 05 2024 г.

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Цена (руб.)	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
помидор сол.	50	0,55	0,05	0,80	4,90	8,00
Щи из свежей капусты	200	1,26	0,07	3,29		19,60
		0,13	0,01	0,69		3,50
		0,14	0,02	0,82		4,10
		0,00	5,00	0,00		44,95
		0,10	0,00	0,38		2,04
		0,00	0,00	0,00	9,60	0,00
		10,34	0,59	0,00		46,80
Мясо духовое (с картофелем и овощами)	180	0,00	6,99	0,00		62,93
		2,30	0,46	18,75		88,55
		0,23	0,02	1,24		6,30
		0,25	0,04	1,48		7,38
		0,43	0,00	1,71		9,18
		0,20	0,03	1,22	48,26	5,92
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	2,32	94,00
Хлеб ржаной	30	1,95	0,36	10,02	2,34	52,20
Сок с трубочкой	200	1,40	0,20	26,40	19,00	120,00
<b>ИТОГО</b>	<b>700</b>				<b>86,42</b>	

ОБЕД 5-11 кл.

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Цена (руб.)	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
помидор сол.	63	0,69	0,06	1,01	6,18	10,08
Щи из свежей капусты	250	1,44	0,08	3,76		22,40
		0,16	0,01	0,83		4,20
		0,17	0,02	0,98		4,92
		0,00	5,99	0,00		53,94
		0,10	0,00	0,38		2,04
		0,00	0,00	0,00	12,50	0,00
		11,93	0,68	0,00		54,00
Мясо духовое (с картофелем и овощами)	200	0,00	6,99	0,00		62,93
		2,30	0,46	18,75		88,55
		0,23	0,02	1,24		6,30
		0,25	0,04	1,48		7,38
		0,43	0,00	1,71		9,18
		0,20	0,03	1,22	51,86	5,92
Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	33,81	4,06	164,50
Хлеб ржаной	40	2,60	0,48	13,36	3,12	69,60
Сок с трубочкой	200	1,40	0,20	26,40	19,00	120,00
<b>ИТОГО</b>	<b>823</b>				<b>96,72</b>	