

**Ежедневное меню завтраков
МБОУ СОШ № 10**


Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	66,93	180,00	344,64	16,7	12,65	41,44
	Фрукт	6,50	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80
	Чай с сахаром	2,15	200,00	60,00	0,07	0,02	15,00
	Бутерброд с сыром	29,93	40,00	125,60	4,64	6,64	11,86
Итого за завтрак		105,51	520	577,24	21,28	19,71	78,10

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод ы
завтрак	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	74,36	200,00	382,93	17,97	14,06	46,04
	Фрукт	6,50	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80
	Чай с сахаром	2,15	200,00	60,00	0,07	0,02	15,00
	Бутерброд с сыром	30,60	50,00	157,00	5,80	7,50	14,83
Итого за завтрак		113,61	550,00	646,93	24,24	21,98	85,67

Директор школы



Л.Л.Рябцева