

5 день
2 неделя

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 10
им. С.И. Холодова ст. Новощербиновская
И.Н. Кукса

МЕНЮ
« 14 » ноября 2025 г.

Возрастная категория 12 лет

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Плов из птицы	200	43,54	18	8,9	36,4	298,7
Кофейный напиток с молоком	200	10,75	3,2	2,7	16	101
Хлеб пшеничный	30	3,30	3,4	0,3	14,5	70,5
Овощи по сезону (помидоры)	100	20,06	1,1	0,2	3,8	22
Хлеб ржаной	30	3,60	1,7	0,3	14,8	69
Булочка праздничная с повидлом	50	30,00	3,6	3,7	25,5	155
ИТОГО:	610	111,75	31	16,1	111	716,2
ОБЕД						
Икра свекольная	100	7,65	2,4	0,1	22,9	103,3
Рассольник Ленинградский	250	4,88	2	5,1	12	107,3
Бифштекс	100	56,43	19,2	23,7	0	290,6
Макаронные изделия отварные с маслом	190	14,43	6,9	6,2	38,6	242
Хлеб пшеничный	40	4,40	3,2	0,4	19,3	94
Хлеб ржаной	40	4,80	2,2	0,4	19,8	92
Компот из сухофруктов	200	3,60	0,2	0,1	32	132,8
Фрукты свежие (яблоко)	100	9,36	0,4	0,4	10	45
ИТОГО:	1020	105,55	36,5	36,4	154,6	1015

Повар

Л.Н. Макаrchук