

УПРАВЛЕНИЕ  
 «Муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя школа № 10»  
 директор МБОУ  
 Михайловская  
 Елена Александровна  
 А.Б. Абдувельев  
 20/21 г.

## Меню приготавливаемых блюд

«10» декабря 20 21 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-6 лет / 7-11 лет / 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование	Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепту ры
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Варени по рецепту		800	95	91	115	84	81
	Каша пшеница с соевыми		90	9,1	195	108	188,6	268
	Каша гречневая		130	4,6	4,9	203	144,8	805,1
	Чай с сахаром		200	9,1	0,0	8,0	22,3	396
	Чай шиповниковый		80	2,3	9,2	15,1	91,0	
	Чай ромашовый		80	1,8	9,3	14,8	69,6	
Итого за завтрак			560	183	16,0	69,5	498,6	
обед	Салат из свеклы, моркови с огурцами		60	95	3,0	1,5	37,0	21
	Борщ		200	7,4	4,0	9,9	81,6	82
	Грибная котлета с соусом		90	2,1	2,6	8,3	84,9	240
	Чай с сахаром		150	3,8	5,3	38,9	218,0	804
	Каша пшеница с св. морковью		200	8,2	9,2	18,4	96,3	342
	Чай ромашовый		80	1,9	9,3	14,8	69,6	
	Чай шиповниковый		80	2,3	9,2	15,1	91,0	
	Итого за обед			960	180	19,6	151,9	838,4
Итого за день								

Медсестра  
 Огу Сидорова А.Б.