



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербин А.М.
« 2024г.



Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 10
« 2024г.

МЕНЮ

На 6 Июня 2024

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
15	Сыр «Российский» 50% жирности	1/20	4,64	5,91	0,00	72,00	17-42
120	Суп молочный с макаронными изделиями	1/200/5	3,40	3,82	16,56	114,20	15-30
382	Какао с молоком	1/200	3,76	3,20	26,74	150,80	12-11
424	Булочка «Домашняя»	1/100	3,75	6,60	30,45	196,00	8-79
338	Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	1/200	0,80	25,20	25,20	104,00	27-30
	ИТОГО	725	16,35	19,53	98,53	637	80-92
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
75	Икра свекольная	1/60	1,38	4,08	9,24	79,20	8-55
109	Суп картофельный с клецками	1/250	4,18	5,02	23,20	175,8	13-64
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6,72	138,6	48-89
312	Пюре картофельное	1/180/5	3,12	5,10	18,57	132,60	20-50
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,00	29,00	116,60	5-75
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-64
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	880	24,37	17,38	100,71	678,8	100-10

Технолог:

Барданын О.Е.

Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербич А.М.

« » 2024г.



МБОУ СОШ № 10
2024г.

МЕНЮ

На 6 Июня 2024

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
15	Сыр «Российский» 50% жирности	1/20	4,64	5,91	0,00	72,00	17-42
120	Суп молочный с макаронными изделиями	1/200/5	3,40	3,82	16,56	114,20	15-30
382	Какао с молоком	1/200	3,76	3,20	26,74	150,80	12-11
424	Булочка «Домашняя»	1/50	3,75	6,60	30,45	196,00	4-39
338	Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	1/200	0,80	25,20	25,20	104,00	27-30
	ИТОГО	675	16,35	19,53	98,53	637	76-52
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Огурец свежий	1/60	0,48	0,00	2,04	9,60	9-50
109	Суп картофельный с клецками	1/200	4,18	5,02	23,20	175,8	10-95
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6,72	138,6	48-89
312	Пюре картофельное	1/150	3,12	5,10	18,57	132,60	18-48
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,00	29,00	116,60	5-75
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-64
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	800	24,37	17,38	100,71	678,8	96-34

Технолог:

Варданыан О.Е.