

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
 «Александровская средняя общеобразовательная школа № 10»
 663960, Красноярский край, Рыбинский район, с. Александровка, ул. Советская, 44 а
 E-mail: aleksandrovka-school10@mail.ru
 тел: 83916577147

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ «Александровская СОШ № 10»
 Л.С. Манузина

Меню № 10 для питания школьников на 12.2024г

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	167	Каша геркулесовая	200	25,95	187	8	8	20
	Гор. напиток	379	Чай с молоком и сахаром	200	2,85	60	0	3	15
	Хлеб		Хлеб пшеничный	60	1,70	127	5	1	25
	3 блюдо		Печенье	40	12,16	96	3	5	19
Обед	Закуска								
	1 блюдо	25	Суп с макаронными изделиями	200	13,83	111	3,3	4,4	10
	2 блюдо	256	Курица тушеная	100	15,90	162	8	7	2
	Гарнир	297	Каша гречневая	150	11,20	225	4	5,3	29
	Сладкое								
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	1,80	129	4	1	25
	Хлеб черн.								
	Напиток	376	Чай с сахаром	200	10,20	78	0	0	18