

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №

" 21 " сентября 2022 г.



МЕНЮ

МБОУ СОШ №13

Наименование и номер школы № _____
 Дата 21.09.2022 г.
 День: Суббота
 Неделя _____ 1
 Номер дня недели: _____ 6
 Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	100	10,05	11,13	11,88	189,72	50,00 Р
2.	Макароны отварные с овощами	180	0,68	6,61	29,23	179,17	22,00 Р
3.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	10,00р.
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	560	16,0	18,6	108,1	670,51	
							87,50р.
ОБЕД							
1.	Салат из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17	20,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50	25,00р.
3.	Фишболы	100	7,93	6,58	9,41	128,58	41,00 Р
4.	Картофель отварной	180	3,52	6,07	20,87	152,16	34,00 Р
5.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00р.
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	930	24,99	25,2	147,63	927,02	
							136,00 Р

Директор МБОУ СОШ № _____
 Зав. производством ООО «Ваша сервисная компания» Овеч Семикова Е.В.

