УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № Захарин
"02" сентября 202 г.

меню

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ №13
Дата 02.09.2024г
День: понедельник
Неделя 1
Номер дня недели: 1
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	ЗАВТРАК					
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90
2.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96
3.	Сыр порциями	15	3,90	3,99	0,00	51,51
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
7.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50
	Всего:	**605**	**29,63**	**31,47**	**62,23**	**707,72**
	ОБЕД					
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,57	53,57
2.	Борщ с картофелем и сметаной	200	2,00	6,50	13,44	120,26
3.	Вок "Курица с рисом и овощами"	180	10,08	18,54	33,66	258,00
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего:	**720**	**18,71**	**26,03**	**114,89**	**686,76**

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания "