

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 13

" 11 " 2024 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 13
 Дата 11.09.2024
 День: среда
 Неделя: _____ 2 _____
 Номер дня недели: _____ 9 _____
 Возрастная категория: _____ 12 лет и старше _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	Калорийность
ЗАВТРАК						
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50
2.	Гуляш из говядины	120	17,46	20,15	3,47	205,44
3.	Каша рисовая с морковью	180	3,48	6,48	32,64	220,79
4.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00
5.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего	700				814,506
ОБЕД						
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00
2.	Суп-лапша домашняя	250	2,57	5,54	11,62	115,75
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	100	14,2	11,4	13,0	213,0
4.	Капуста тушеная	180	4,50	8,28	19,26	169,20
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего	930	28,91	27,86	123,68	881,22

Директор МБОУ СОШ № 13

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



ОБС

Семикова О.В.