

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 13

"06" сентября

2022



МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ №13

Дата 06.09.2022

День: пятница

Неделя: 1

Номер дня недели: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть
ЗАВТРАК					
Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90
Рыба, тушеная с овощами	120	11,71	1,97	5,74	88,28
Пюре картофельное	150	4,05	6,00	8,70	105,00
Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46
Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
Всего	595	23,01	11,06	65,35	460,46
ОБЕД					
Овощи по-сезону (помидор соленый/ помидор свежий)	60	0,67	0,06	2,10	12,00
Щи из квашенной капусты с картофелем	200	1,35	4,29	6,96	71,8
Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
Пирог "Южный"	80	5,44	5,46	39,38	148,41
Всего	795	25,64	22,47	118,86	703,66

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



Ваша сервисная компания *Семенов Д.В.*