

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №

Сидорова А.В.
" 11 " сентября 2024



МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ №13
 Дата 11.09.2024
 День: Среда
 Неделя 2
 Номер дня недели: 8
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть
ЗАВТРАК						
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90
2.	Гуляш из говядины	100	20,00	19,50	3,30	258,00
3.	Каша рисовая с морковью	150	2,90	5,40	27,20	209,00
4.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
	Всего:	575	24,93	25,26	81,2	735,72
ОБЕД						
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,70	1,00	2,60	22,20
2.	Суп-лапша домашняя	200	2,05	4,43	9,30	92,60
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	90	12,78	10,26	11,70	191,70
4.	Капуста тушеная	150	3,75	6,90	16,05	141,00
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42
8.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50
	Всего:	880	23,95	23,70	109,85	764,20

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" *О.В.С.* *Сидорова Д.В.*

