

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №

Захаров А. В.

" 14 " октября

2023 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 13

Дата 14.10.2023

День понедельник

Неделя: 1

Номер дня недели: 1

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	Калорийно сть	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	28,90 Р
2.	Омлет натуральный	200	18,57	25,60	3,51	386,20	77,00 Р
3.	Сыр порциями	20	5,20	5,32	0,00	68,68	25,00 Р
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	20,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	45	2,52	0,504	20,43	90,94	3,20 Р
7.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
	Всего	<b>725</b>	<b>38,92</b>	<b>39,92</b>	<b>83,47</b>	<b>920,63</b>	
							<b>171,60 Р</b>
<b>ОБЕД</b>							
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,95	89,28	23,00 Р
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	2,50	8,13	16,80	150,33	25,00 Р
3.	Вок "Курица с рисом и овощами"	230	12,88	23,69	43,01	329,66	69,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего	<b>860</b>	<b>22,69</b>	<b>32,83</b>	<b>135,98</b>	<b>824,20</b>	
							<b>137,50 Р</b>

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

*Ольга*

*Силкина О.В.*

