

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 13

*Заведующий А.В. Смирнов*

" 03 " 2022



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МОБУ СОШ № 13  
 Дата 03.09.2022г  
 День: вторник  
 Недель \_\_\_\_\_ 1  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 2  
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.	Пудинг из творога запеченый	160	24,10	8,50	33,06	305,06
2.	Сгущенное молоко	30	4,50	7,50	23,76	63,54
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
5.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96
	Всего:	630	39,17	25,24	100,78	679,55
<b>ОБЕД</b>						
1.	Овощи по-сезону (огурец свежий/огурец соленый)	60	0,48	0,06	1,02	6,00
2.	Суп с крупой и томатом	200	1,10	4,79	4,88	67,03
3.	Шницель натуральный рубленый	90	15,55	18,67	8,06	191,86
4.	Каша вязкая пшенная	150	4,94	7,89	32,18	219,00
5.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	1,80	1,80	25,20	115,20
6.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46
7.	Сыр порциями	30	7,8	7,98	0	103,02
8.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
9.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего:	930	36,36	41,95	121,36	932,70

Директор МБОУ СОШ № Ваша

*сервисная компания*

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

*Ольга Смирнова О.В.*

