

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 13

" 25 " Октября

2024 г.

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 13

Дата 25.10.2024

День: пятница

Неделя 1

Номер дня недели: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

| № п/п          | Прием пищи, наименование блюда                            | выход в граммах | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | калорийно<br>сть | цена            |
|----------------|---|-----------------|--------------|--------------|---------------|------------------|-----------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |   |                 |              |              |               |                  |                 |
| 1.             | Салат из свеклы с огурцами солеными                       | 60              | 0,70         | 1,00         | 2,60          | 22,20            | 17,00р.         |
| 2.             | Митболы из говядины                                       | 90              | 15,55        | 18,67        | 8,06          | 191,86           | 50,00р.         |
| 3.             | Макаронные изделия отварные с овощами                     | 170             | 0,65         | 5,19         | 26,62         | 172,50           | 20,00р.         |
| 4.             | Чай с лимоном   | 200             | 0,13         | 0,02         | 15,20         | 61,50            | 10,00р.         |
| 5.             | Хлеб пшеничный  | 25              | 1,49         | 0,18         | 10,54         | 55,81            | 2,00р.          |
| 6.             | Хлеб ржаной   | 25              | 1,40         | 0,28         | 11,35         | 50,52            | 2,50р.          |
| 7.             | Кондитерское изделие (печенье промышленного производства) | 20              | 1,69         | 2,25         | 13,95         | 82,89            | 10,00р.         |
|                | Всего:  | <b>590</b>      | <b>21,61</b> | <b>27,59</b> | <b>88,32</b>  | <b>637,28</b>    |                 |
|                |   |                 |              |              |               |                  | <b>111,50р.</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |   |                 |              |              |               |                  |                 |
| 1.             | Салат из квашенной капусты                                | 60              | 1,03         | 3,01         | 5,10          | 51,62            | 17,00 Р         |
| 2.             | Суп картофельный с бобовыми                               | 200             | 4,40         | 4,21         | 12,00         | 118,60           | 23,00 Р         |
| 3.             | Гуляш из говядины   | 100             | 20,00        | 19,50        | 3,30          | 258,00           | 68,00 Р         |
| 4.             | Каша вязкая (гречневая)                                   | 150             | 8,85         | 5,15         | 39,80         | 243,75           | 20,00 Р         |
| 5.             | Кисель из сока плодового                                  | 200             | 0,31         | 0,00         | 39,40         | 158,84           | 10,00 Р         |
| 6.             | Хлеб пшеничный  | 40              | 2,38         | 0,29         | 16,86         | 89,30            | 2,50 Р          |
| 7.             | Хлеб ржаной   | 20              | 1,12         | 0,22         | 9,08          | 40,42            | 2,00 Р          |
| 8.             | Кисломолочный напиток                                     | 180             | 5,40         | 5,76         | 7,39          | 102,96           | 28,00 Р         |
|                | Всего:  | <b>950</b>      | <b>43,49</b> | <b>38,14</b> | <b>132,93</b> | <b>1063,48</b>   |                 |
|                |   |                 |              |              |               |                  | <b>170,50 Р</b> |

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



*Озюл*

*Семикова О.В.*