

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 13

Земарин Н.В.  
"12" марта

2024



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 13

Дата 12.03.2024

День: Пятница

Неделя 1

Номер дня недели: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	Калорийн ость	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	20,00 Р
2.	Котлета рыбная	100	8,65	6,93	12,01	144,98	36,10 Р
3.	Каша рисовая с морковью	180	3,48	6,48	32,64	220,79	18,00 Р
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	4,50 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
	<b>Всего</b>	<b>665</b>	<b>22,77</b>	<b>18,38</b>	<b>109,78</b>	<b>717,96</b>	<b>84,30 Р</b>
<b>ОБЕД</b>							
1.	Овощи натуральные соленые (помидор соленый)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	20,00 Р
2.	Щи из квашенной капусты	250	1,69	5,36	8,70	89,75	18,50 Р
3.	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57	66,40 Р
4.	Сок фруктовый	200				84,80	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	60	1,00	0,00	20,20	133,94	3,00 Р
6.	Хлеб ржаной	40	3,58	0,43	25,30	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	100	2,24	0,45	18,16	185,50	2,50 Р
	<b>Всего:</b>	<b>980</b>	<b>32,93</b>	<b>28,57</b>	<b>135,06</b>	<b>879,40</b>	<b>123,40 Р</b>

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

*Вас*

*Семелова О.В.*

