

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 13

" 17 " марта 2022 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 13  
 Дата 17.03.2022  
 День: понедельник  
 Неделя 1  
 Номер дня недели: 1  
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	20,00 Р
2.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96	60,00 Р
3.	Сыр порциями	15	3,90	3,99	0,00	51,51	20,00 Р
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	20,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00 Р
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50 Р
7.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
	Всего:	<b>605</b>	<b>29,63</b>	<b>31,47</b>	<b>62,23</b>	<b>707,72</b>	
							<b>139,50 Р</b>
<b>ОБЕД</b>							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,57	53,57	19,00 Р
2.	Борщ с картофелем	200	2,00	6,50	13,44	120,26	23,00 Р
3.	Вок "Курица с рисом и овощами"	180	10,08	18,54	33,66	258,00	65,00 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>720</b>	<b>18,71</b>	<b>26,03</b>	<b>114,89</b>	<b>686,76</b>	
							<b>127,50 Р</b>

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

*о.в.с.*

*Семин*

