УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № _____
Захарин А.В. _____
"10" сентября 2024 г.

меню

Наименование и номер школы № МОБУ СОШ № 13
Дата 10.09.2024г
День: вторник
Недел 2
Номер дня недели: 7
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	ЗАВТРАК					
1.	Салат из белокочанной капусты	60	0,78	1,90	3,87	36,24
2.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52
3.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84
4.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Кисломолочный напиток (Кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40
	Всего:	**700**	**23,43**	**20,59**	**94,89**	**665,82**
	ОБЕД					
1.	Овощи по-сезону(огурец соленый/ огурец свежий)	60	0,48	0,06	1,02	6,00
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	106,76
3.	Рыба, тушенная с овощами	120	11,71	1,97	5,74	88,28
4.	Ризотто с овощами	150	3,50	4,22	31,07	257,20
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42
	Всего:	**810**	**22,35**	**11,016**	**109,816**	**751,7**

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания " ОВ Семенова О.В.