



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 13  
 Дата 08.11.2024  
 День: пятница  
 Неде Неделя: 1  
 Ном Номер дня недели: 5  
 Возр Возрастная категория: 7-11 лет

| № 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         | 20,00р.         |
| 2.             | Рыба, тушенная с овощами                          | 120             | 11,71        | 1,97         | 5,74          | 88,28         | 50,00р.         |
| 3.             | Пюре картофельное                                 | 150             | 4,05         | 6,00         | 8,70          | 105,00        | 40,00р.         |
| 4.             | Чай черный с сахаром                              | 200             | 0,07         | 0,02         | 15,00         | 60,46         | 10,00р.         |
| 5.             | Хлеб пшеничный                                    | 40              | 2,38         | 0,29         | 16,86         | 89,30         | 2,50р.          |
| 6.             | Хлеб ржаной                                       | 25              | 1,40         | 0,28         | 11,35         | 50,52         | 2,50р.          |
|                | Всего   | <b>595</b>      | <b>23,01</b> | <b>11,06</b> | <b>65,35</b>  | <b>460,46</b> | <b>125,00р.</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |   |                 |              |              |               |               |                 |
| 1.             | Овощи по-сезону (помидор соленый/ помидор свежий) | 60              | 0,67         | 0,06         | 2,10          | 12,00         | 17,00 Р         |
| 2.             | Щи из квашенной капусты с картофелем              | 200             | 1,35         | 4,29         | 6,96          | 71,8          | 23,00 Р         |
| 3.             | Рагу из птицы                                     | 175             | 12,56        | 11,72        | 15,20         | 216,52        | 55,00 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          |
| 7.             | Пирог "Южный"                                     | 80              | 5,44         | 5,46         | 39,38         | 148,41        | 2,00 Р          |
|                | Всего   | <b>795</b>      | <b>25,64</b> | <b>22,47</b> | <b>118,86</b> | <b>703,66</b> | <b>117,50р.</b> |

Директор МБОУ СОШ № 13

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

