

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 13

Затарин А.В.  
"21" марта 2024 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 13  
 Дата 21.03.2024г  
 День: Пятница  
 Неделя 1  
 Номер дня недели: 4  
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево о ды	Калорий ность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,45	89,28	20,00 Р
2.	Запеканка картофельная с мясом	200	11,77	12,76	17,52	331,49	70,00 Р
3.	Фруктовый чай ( с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	6,50 Р
4.	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62	2,70 Р
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	<b>590</b>	<b>19,27</b>	<b>14,05</b>	<b>87,61</b>	<b>675,03</b>	
							<b>102,20 Р</b>
<b>ОБЕД</b>							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,13	20,00 Р
2.	Рассольник	250	2,53	6,25	14,98	127,26	18,50 Р
3.	Голубцы ленивые	100	8,33	8,50	6,26	190,40	53,80 Р
4.	Каша вязкая (ячневая)	180	5,58	10,98	31,08	257,20	18,00 Р
5.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
8.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50	10,00 Р
	Всего:	<b>1050</b>				<b>976,27</b>	
							<b>136,30 Р</b>

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

*РВол*

*Синилова О.В.*

