

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 13

" 4 " октября 2024 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МОБУ СОШ № 13

Дата 04.10.2024

День: пятница

Неде Неделя: 2

Номер Номер дня недели: 9

Возр: Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	19,00р.
2.	Зразы рыбные рубленые	90	9,42	14,94	13,99	178,00	38,50р.
3.	Картофель отварной	150	2,93	5,06	17,39	126,80	30,00р.
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	15,00р.
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего:	<b>550</b>	<b>17,25</b>	<b>20,51</b>	<b>85,74</b>	<b>549,50</b>	
							107,00р.
<b>ОБЕД</b>							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64	17,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	23,00 Р
3.	Фрикадельки из кур	90	10,34	15,75	5,60	214,00	35,00 Р
4.	Макаронные отварные с овощами	150	0,57	5,51	24,36	149,31	19,00 Р
5.	Фруктовый чай ( с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
8.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96	28,00 Р
	Всего:	<b>960</b>	<b>26,64</b>	<b>34,29</b>	<b>100,10</b>	<b>864,44</b>	
							137,50 Р

Директор МБОУ СОШ №

*Овощи Смирнова Д.В.*



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"