

ТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 202\_\_ г.



# МЕНЮ

*МОБУ СОШ № 13*

Наименование и номер школы № \_\_\_\_\_  
 Дата 22.05.2024  
 День: среда  
 Неделя \_\_\_\_\_ 1  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 4  
 Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 12 лет и старше

| № п/п          | Прием пищи, наименование блюда                       | выход в граммах | Жиры         | Белки        | Углеводы     | Калорийность  | 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 «Ваша сервисная компания» \_\_\_\_\_  
*Селиванова О.В.*

