

## Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 13 "



## МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей  
"11" апреля 2022г.

День/неделя	№ рец.	Наименование блюда	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			Цена, руб
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>НЕДЕЛЯ-2</b>																
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК-2</b>																
<b>ЗАВТРАК</b>																
71М		Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,4	0,01	0,98	0	0,02	3,4	6	2,8	0,1	6,73
309М		Макаронные изделия отварные с сыром	150/20	5,85	2,86	37,40	198,97	0,09	0,00	12,00	0,83	11,89	4724,00	8,55	0,86	29,92
377М		Чай с лимоном	187	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	6,98
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	5,65
<b>ИТОГО за завтрак</b>				<b>9,06</b>	<b>3,27</b>	<b>65,89</b>	<b>330,93</b>	<b>0,15</b>	<b>2,50</b>	<b>12,00</b>	<b>1,36</b>	<b>28,44</b>	<b>4768,36</b>	<b>26,87</b>	<b>2,54</b>	<b>49,28</b>
<b>ОБЕД</b>																
66М		Салат из моркови с изюмом	50	0,77	0,07	10,16	45,72	0,04	3,7	0	0,23	17,9	33,32	21,04	0,5	9,71
32М		Капуста тушеная	150	3,91	2,39	14,99	9,68	0,90	82,66	12,00	0,35	90,30	67,95	34,64	1,37	30,39
		Компот из с/ф	180	0,05	0,01	837,00	33,52	0,02	0,00	0,00	0,00	14,07	6,05	5,06	0,60	6,21
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,22
<b>ИТОГО за обед</b>				<b>7,12</b>	<b>2,80</b>	<b>871,31</b>	<b>137,20</b>	<b>0,98</b>	<b>82,66</b>	<b>12,00</b>	<b>0,87</b>	<b>113,57</b>	<b>108,80</b>	<b>52,90</b>	<b>2,77</b>	<b>49,28</b>
<b>ВСЕГО за ПОНЕДЕЛЬНИК-2</b>				<b>16,18</b>	<b>6,07</b>	<b>937,20</b>	<b>468,13</b>	<b>1,13</b>	<b>85,16</b>	<b>24,00</b>	<b>2,23</b>	<b>142,01</b>	<b>4877,16</b>	<b>79,77</b>	<b>5,31</b>	

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	

Ответственный за питание

Шеф повар

*В.А. Чипизубова*  
*В.В. Рычков*