



УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная
школа № 13"
В.А. Чипизубова

**МЕНЮ**

по бесплатному горячему питанию обучающимся, получающим начальное общее образование в муниципальных образовательных организациях
"13 " декабря 2021г.

День/ед ея № рец.	Наименование блюда	Выход порций, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическа я ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена, руб
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
НЕДЕЛЯ-2																	
ПОНЕДЕЛЬНИК-2																	
ЗАВТРАК																	
309М	Макаронные изделия отварные	150	5,85	2,86	37,40	198,97	0,09	0,00	12,00	0,83	11,89	4724,00	8,55	0,86	12,25		
	Ёжики мясные	90	11,98	12,58	9,20	197,91	0,05	2,20	0,00	1,64	14,59	139,08	21,10	1,88	27,38		
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	4,97		
	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	4,68		
	ИТОГО за завтрак		21,04	15,85	75,09	528,84	0,20	4,70	12,00	3,00	43,03	4907,44	47,97	4,42	49,28		
ОБЕД																	
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	18,92		
248К	Рыба запеченная с томатами с соусом	90/30	10,36	7,92	4,18	130,58	0,09	8,34	37,60	2,06	99,61	160,36	15,17	0,69	18,6		
	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	7,08		
	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	4,68		
	ИТОГО за обед		17,48	10,72	875,49	267,78	1,07	91,00	49,60	2,93	213,18	269,16	68,07	3,46	49,28		
	ВСЕГО за ПОНЕДЕЛЬНИК-2		38,52	26,57	950,58	796,62	1,27	95,70	61,60	5,93	256,21	5176,60	116,04	7,88			

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	

Ответственный за питание

Шеф повар

В.А. Чипизубова
В.А. Чипизубова