



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 13"  
В.А. Чипизубов

М.П.  
В.А. Чипизубов

**МЕНЮ**

по бесплатному горячему питанию обучающихся из малоопеспеченных семей  
" 15 " сентября 2021г.

День/неделя	Наименование блюда	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность,	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>НЕДЕЛЯ-3</b>															
<b>СРЕДА-3</b>															
<b>ЗАВТРАК</b>															
	Капуста тушеная с говядиной	200	8,91	8,02	18,81	186,21	0,11	83,95	12,00	1,24	100,53	124,49	47,35	2,31	33,14
	Чай из шиповника	180	0,17	0,07	13,39	58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	11,46
	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
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>12,24</b>	<b>8,49</b>	<b>51,52</b>	<b>338,30</b>	<b>0,17</b>	<b>133,95</b>	<b>52,85</b>	<b>1,95</b>	<b>112,73</b>	<b>160,14</b>	<b>61,40</b>	<b>3,29</b>	<b>49,28</b>
<b>ОБЕД</b>															
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	200	16,86	6,00	25,61	223,98	0,27	19,02	11,80	2,76	86,59	265,90	37,55	1,52	35,49
	Напиток витаминный	180	0,40	0,13	17,97	79,45	0,02	70,00	57,19	0,30	9,80	10,22	4,13	0,45	9,11
	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
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>20,42</b>	<b>6,53</b>	<b>62,90</b>	<b>397,43</b>	<b>0,35</b>	<b>89,02</b>	<b>68,99</b>	<b>3,58</b>	<b>105,59</b>	<b>310,92</b>	<b>54,88</b>	<b>2,77</b>	<b>49,28</b>
	<b>ВСЕГО за СРЕДА-3</b>		<b>32,66</b>	<b>15,02</b>	<b>114,42</b>	<b>735,73</b>	<b>0,52</b>	<b>222,97</b>	<b>121,84</b>	<b>5,53</b>	<b>218,32</b>	<b>471,06</b>	<b>116,28</b>	<b>6,06</b>	

Количество детей на завтрак	Ответственный за питание
Количество детей на обед	Шеф повар
<b>ВСЕГО детей</b>	