

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 13»

Утверждаю
 Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13»
 Чипизубова В.А.
 М.П.

Утверждаю
 Ген. директор
 М.П.
 В.В.Рычков

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное общее образование в муниципальных образовательных организациях
 « 08» сентября 2022г.

День/неделя № репеп.	Наименование блюда	Выход, гр.			Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена, руб
		Б	Ж	У	Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe			
НЕДЕЛЯ 2																			
Четверг-2																			
Завтрак (1 смена)																			
224М	Запеканка творожная с морковью и соусом	180	13,96	41,41	369,93	0,09	4,19	67,95	2,23	192,98	255,45	42,56	1,19	65,57					
334М	Сыр порционный	15	3,07	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	14,17					
15М	Масло порциями	10	0,08	7,25	66,09	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,02	0,02	8,63					
14М	Фрукты	100	0,40	10,30	47,00	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	26,00					
377М	Чай с лимоном	187	0,05	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	3,50					
	Батон йодированный	40	3,04	20,56	104,48	0,06	0,80	0,00	0,00	68,00	54,93	4,80	0,48	5,79					
	ИТОГО за завтрак		25,24	26,09	670,46	0,18	12,61	142,45	2,82	439,73	434,94	71,23	5,02	104,50					

День/неделя № репеп.	Наименование блюда	Выход, гр.			Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена, руб
		Б	Ж	У	Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Обед (2 смена)																			
63К	Салат из свеклы с черносливом и орехами	60	0,81	6,92	59,09	0,01	4,75	0,00	1,46	21,68	24,13	15,26	0,80	10,66					
87М	Щи из свежей капусты	200	1,57	5,82	58,47	0,05	28,00	0,00	1,47	37,10	31,75	15,10	0,57	22,81					
143М	Рагу из овощей	150	3,00	16,67	152,81	0,13	34,68	22,00	2,09	49,67	79,73	34,36	1,18	17,12					
260М	Гуляш из говядины	90	13,88	14,90	203,76	0,07	4,05	0,00	1,94	10,94	145,25	20,70	2,17	83,78					
342М	Компот из вишни	180	0,43	22,22	91,95	0,01	5,40	0,00	0,11	13,32	10,80	9,36	0,23	22,26					
	Хлеб пшеничный	40	3,16	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,89					
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	10,26	49,62	0,06	0,00	1,80	0,66	10,50	47,40	14,10	1,17	3,83					
	ИТОГО за обед		24,83	30,03	709,70	0,39	76,88	23,80	8,25	152,41	373,86	122,08	6,92	104,50					
	ИТОГО за Четверг-2		50,07	56,12	1380,16	0,57	89,49	166,25	11,07	592,14	808,80	193,31	11,94						

Ответственный за питание

Шеф повар

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	