

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №13"



по бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей
" 11 " октября 2023г.

МЕНЮ

День/неделя № реп.	Наименование блюда	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая в ценность, ккал.	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
ЗАВТРАК																		
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	53,80	0,01	0,11	39,00	0,05	132,00	75,00	5,30	0,15	15,21			
54-20к-2020	Каши молочная гречневая	200	7,10	5,80	2,60	187,30	0,15	0,50	23,90	0,18	112,00	175,00	78,00	2,35	29,28			
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,80	0,00	0,04	0,30	0,01	4,50	7,20	3,80	0,73	1,83			
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,30	0,12	0,06	0,00	0,09	37,50	38,70	12,30	1,08	2,96			
ИТОГО за завтрак		30	13,10	10,40	23,80	338,20	0,28	0,71	63,20	0,33	286,00	295,90	99,40	4,31	49,28			
54-2гз-2020	Морковь отварная дольками	60	0,80	2,00	4,10	37,60	0,03	1,31	79,30	0,04	16,00	32,00	22,00	0,41	7,98			
54-2с-2020	Борщи с капустой и картофелем со сметаной	200	4,70	5,70	10,10	110,40	0,03	6,76	134,60	0,04	33,60	42,60	19,20	0,87	15,35			
54-2г-2020	Горошница	150	14,50	1,30	33,80	204,80	0,44	0,00	0,90	0,09	78,00	215,00	70,00	4,45	12,38			
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,90	41,50	0,01	1,60	1,20	0,01	58,00	3,80	3,10	0,79	10,93			
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,30	0,12	0,06	0,00	0,09	37,50	38,70	12,30	1,08	2,64			
ИТОГО за обед		30	22,45	9,34	72,70	464,60	0,63	9,73	216,00	0,27	223,10	332,10	126,60	7,60	49,28			
ВСЕГО за СРЕДА-2			35,55	19,74	96,50	802,80	0,91	10,44	279,20	0,60	509,10	628,00	226,00	11,91				
Количество детей на завтрак																		
Количество детей на обед																		
ВСЕГО детей																		

Ответственный за питание
Шеф повар

М.П.
М.П.
Чипизубова В.А.

М.П.
М.П.
Чипизубова В.А.