

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 13"

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 13"

Чипизубова В.А.



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей "12" сентября 2023г.

День/неделя № рец.	Наименование блюд	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическ ая ценность, ккал.	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe					
ВТОРНИК-2																			
ЗАВТРАК																			
54-3з-2020	Овоши в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	12,80	0,02	7,50	39,90	0,01	4,20	7,80	6,00	0,27	14,34				
54-2г-2020	Макаронны отварные с овощами	150	4,70	6,10	26,50	180,80	0,07	2,01	293,00	0,03	19,00	51,00	18,00	0,89	28,02				
54-2гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,01	6,90	8,50	4,60	0,77	3,96				
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			8,00	6,40	50,30	291,80	0,21	10,73	333,28	0,14	67,60	106,00	40,90	3,01	49,28				
ОБЕД																			
54-2з-2020	Овоши в нарезке	60	0,50	0,10	1,50	8,50	0,02	6,00	6,00	0,02	14,00	25,00	8,40	0,36	9,07				
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупной перловой	200	5,10	5,80	10,80	115,60	0,04	6,42	103,20	0,04	27,60	52,40	14,60	0,55	6,96				
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150	4,50	5,50	26,50	173,70	0,14	10,90	8,34	0,12	62,00	109,00	33,00	1,18	22,59				
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	0,00	0,02	15,00	0,00	50,00	4,30	2,10	0,09	5,67				
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	140,60	0,24	0,12	0,00	0,18	75,00	77,40	24,60	2,16	4,99				
ИТОГО за обед			15,20	11,90	88,10	519,40	0,44	23,46	132,54	0,36	228,60	268,10	82,70	4,34	49,28				
ВСЕГО за ВТОРНИК-2			23,20	18,30	138,40	811,20	0,65	34,19	465,82	0,50	296,20	374,10	123,60	7,35					
Количество детей на завтрак			Ответственный за питание																
Количество детей на обед			Шеф повар																
ВСЕГО детей																			