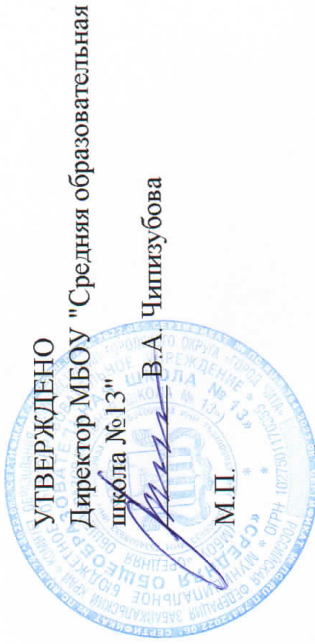


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя образовательная школа №13"



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей
"13" октября 2022г

День/неделя	№ рецепта	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			
ЧЕТВЕРГ-3																		
ЗАВТРАК																		
		Вареники ленивые отварные	120	23,06	15,61	10,44	279,15	0,07	0,60	106,64	0,15	205,24	286,37	29,16	0,82	42,39		
		Чай с сахаром	180	0,05	0,01	837,00	33,52	0,02	0,00	0,00	14,07	6,05	5,06	0,60	0,60	3,00		
		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	3,89		
		ИТОГО за завтрак		26,27	16,02	866,76	406,67	0,15	0,60	106,64	0,67	228,51	327,22	47,42	2,22	49,28		
ОБЕД																		
67М		Винегрет овощной	60	0,76	4,09	4,01	56,47	0,03	7,50	0,00	1,83	19,89	22,24	11,91	0,50	7,86		
87М		Щи из свежей капусты	300	1,57	3,12	5,82	58,47	0,05	28,00	0,00	1,47	37,10	31,75	15,10	0,57	32,64		
348М		Компот из яблок	180	0,06	0,06	15,34	62,44	0,00	1,40	0,00	0,03	2,24	1,54	1,26	0,35	4,89		
		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	3,89		
		ИТОГО за обед		5,55	7,67	44,49	271,38	0,14	36,90	0,00	3,85	68,43	90,33	41,47	2,22	49,28		
		ВСЕГО за ЧЕТВЕРГ-3		31,82	23,69	911,25	678,05	0,29	37,50	106,64	4,52	296,94	417,55	88,89	4,44			

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	

Ответственный за питание _____
Шеф повар _____