



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя образовательная школа №13"

В.А. Чипизубова

М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающимся из малообеспеченных семей
" 15 " октября 2022г

День/ед ели	№ рец.	Наименование блюда	Выход порций, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическ ая ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			Цена, руб.
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ-3																
СУББОТА-3																
ЗАВТРАК																
177М		Каша пшенная с изюмом	200	7,98	8,19	43,41	280,48	0,57	33,50	0,24	138,73	20,14	53,41	1,61	19,88	
15М		Сыр порционный	15	6,14	6,90	0,74	90,00	0,24	69,00	0,16	300,00	192,00	13,50	0,30	14,17	
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,89	
382М		Какао с молоком	180	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	113,12	107,12	29,60	1,00	13,88	
ИТОГО за завтрак				20,87	18,34	79,18	568,53	1,35	111,62	0,93	561,05	354,06	109,71	3,71	49,28	
ОБЕД																
309М		Икра кабачковая	60	1,05	2,22	5,46	46,99	0,04	19,30	0,00	23,09	21,32	12,54	0,58	10,91	
		Борщ	200	1,46	3,09	7,57	64,75	0,03	18,70	0,00	34,33	37,17	18,84	0,90	25,67	
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,89	
		Кисель из плодов черной смородины	180	0,19	0,04	22,30	87,74	0,01	36,00	0,00	9,68	5,94	5,58	0,28	8,81	
ИТОГО за обед				5,86	5,75	54,65	293,48	0,14	74,00	3,18	76,30	99,23	50,16	2,56	49,28	
ВСЕГО за СУББОТА-3				26,73	24,09	133,83	862,01	0,46	75,35	4,11	637,35	453,29	159,87	6,27		

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	

Ответственный за питание

Шеф повар

(Signature)
(Signature)