



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 13"

Чипизубова В.А.

М.П.

МЕНЮ

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

День/неделя № реп.	Наименование блюда	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая и ценность, ккал.	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)			Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
ЧЕТВЕРГ-2																	
ЗАВТРАК																	
54-10-2020	Омлет натуральный	150	12,70	18,00	3,30	225,50	0,06	0,30	183,00	0,40	110,00	203,00	17,00	2,10	44,49		
54-21п-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			15,20	18,20	24,50	322,60	0,18	0,40	183,30	0,50	152,00	248,90	33,10	3,91	49,28		
ОБЕД																	
54-28з-2020	Свекла отварная дольками	60	0,90	0,10	5,20	25,20	0,01	2,67	0,78	0,02	21,00	24,00	13,00	0,80	6,14		
54-9с-2020	Суп фасолевый	200	6,80	4,60	14,40	125,90	0,10	3,72	120,80	0,05	30,40	96,20	26,80	1,30	13,94		
54-11п-2020	Картофельное пюре	150	3,10	5,30	19,80	139,40	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	25,01		
54-21п-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	2,36		
ИТОГО за обед			13,30	10,20	60,60	387,60	0,35	16,69	145,68	0,28	132,40	250,10	83,90	4,94	49,28		
ВСЕГО за ЧЕТВЕРГ-2			28,50	28,40	85,10	710,20	0,53	17,09	328,98	0,78	284,40	499,00	117,00	8,85			
Количество детей на завтрак																	
Количество детей на обед																	
ВСЕГО детей																	

Ответственный за питание

Шеф повар