

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 13"



по бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей  
" 28 " сентября 2022г.

**МЕНЮ**



День/неделя	Наименование блюда	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe					
<b>НЕДЕЛЯ-1</b>																			
<b>СРЕДА-1</b>																			
<b>ЗАВТРАК</b>																			
145M	Картофель тушеный с луком	150	3,14	10,58	21,10	195,00	0,15	17,98	12,00	4,25	33,19	84,69	28,66	1,21	20,22				
	Куриное филе запеченное	40	13,64	12,93	6,76	198,28	0,08	1,34	46,90	1,26	12,60	19,42	17,35	1,35	21,67				
	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	837,00	33,52	0,02	0,00	0,00	0,00	14,07	6,05	5,06	0,60	3,5				
	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				
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>19,99</b>	<b>23,92</b>	<b>884,18</b>	<b>520,80</b>	<b>0,31</b>	<b>19,32</b>	<b>58,90</b>	<b>6,03</b>	<b>69,06</b>	<b>144,96</b>	<b>64,27</b>	<b>3,96</b>	<b>49,28</b>				
<b>ОБЕД</b>																			
171M	Салат из моркови, яблок и апельсиннов	60	0,54	5,68	4,90	74,03	0,03	7,45		2,63	13,23	21,20	14,48	0,48	12,4				
	Суп с бобовыми	250	8,02	4,60	15,00	133,81	0,24	1,74	4,90	1,59	42,00	115,34	36,19	2,19	27,09				
	Напиток витаминный	180	0,40	0,13	17,97	79,45	0,02	70,00	57,19	0,30	9,80	10,22	4,13	0,45	5,9				
	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				
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>12,12</b>	<b>10,81</b>	<b>57,19</b>	<b>381,29</b>	<b>0,35</b>	<b>79,19</b>	<b>62,09</b>	<b>5,04</b>	<b>74,23</b>	<b>181,56</b>	<b>68,00</b>	<b>3,92</b>	<b>49,28</b>				
	<b>ВСЕГО за СРЕДА-1</b>		<b>32,11</b>	<b>34,73</b>	<b>941,37</b>	<b>902,09</b>	<b>0,66</b>	<b>98,51</b>	<b>120,99</b>	<b>11,07</b>	<b>143,29</b>	<b>326,52</b>	<b>132,27</b>	<b>7,88</b>					

Количество детей на завтрак

Ответственный за питание

Количество детей на обед

Шеф повар

ВСЕГО детей

*Чипизунова В.А.* *Чипизунова В.А.*