

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя образовательная школа №13"



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя образовательная школа №13"

В.А. Чипизубова

**МЕНЮ**

по Бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей  
" 28 " октября 2022г



М.П.

День/нед или № рец.	Наименование блюда	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	Mg	Fe			
<b>НЕДЕЛЯ-1</b>																	
<b>ПЯТНИЦА-1</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
212М	Омлет с картофелем	150	13,83	20,91	7,97	275,41	0,15	7,65	227,66	2,62	86,72	230,06	25,22	2,70	42,39		
	Чай с сахаром	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	3,00		
	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		
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>17,04</b>	<b>21,32</b>	<b>864,29</b>	<b>402,93</b>	<b>0,23</b>	<b>7,65</b>	<b>227,66</b>	<b>3,14</b>	<b>109,99</b>	<b>270,91</b>	<b>43,48</b>	<b>4,10</b>	<b>49,28</b>		
<b>ОБЕД</b>																	
21К	Винегрет с сельдью	60	3,33	5,65	4,14	81,02	0,03	5,00	4,50	1,64	21,39	55,95	20,04	0,61	10,24		
	Рассольник домашний	250	3,11	4,42	11,94	100,69	0,09	21,14	4,90	148,00	22,06	62,94	23,53	0,94	32,15		
	Чай с сахаром	180	0,17	0,07	13,39	58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	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		
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>9,77</b>	<b>10,54</b>	<b>48,79</b>	<b>333,80</b>	<b>0,18</b>	<b>76,14</b>	<b>50,25</b>	<b>150,35</b>	<b>55,65</b>	<b>154,54</b>	<b>57,62</b>	<b>2,53</b>	<b>49,28</b>		
	<b>ВСЕГО за ПЯТНИЦА-1</b>		<b>26,81</b>	<b>31,86</b>	<b>913,08</b>	<b>736,73</b>	<b>0,41</b>	<b>83,79</b>	<b>277,91</b>	<b>153,49</b>	<b>165,64</b>	<b>425,45</b>	<b>101,10</b>	<b>6,63</b>			
Количество детей на завтрак																	
Количество детей на обед																	
ВСЕГО детей																	

Ответственный за питание

Шеф повар

*С.А. Чипизубова*  
*В.А. Чипизубова*