

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 13 "



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей
" 03 " февраля 2022г.

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность,	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена, руб.
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
НЕДЕЛЯ-4																		
ЧЕТВЕРГ-4																		
ЗАВТРАК																		
	206К	Запеканка рисовая с творогом и соусом	200	10,10	7,18	61,91	354,34	0,08	1,74	24,78	1,58	66,42	160,81	40,29	1,07	31,64		
	419К	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,13	2,70	12,17	86,25	0,02	0,65	10,80	0,00	129,60	97,20	15,12	0,13	14,42		
		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	3,22		
		ИТОГО за завтрак		16,39	10,28	93,40	534,59	0,16	2,39	35,58	2,10	205,22	292,81	68,61	2,00	49,28		
ОБЕД																		
		Макаронные изделия отварные	150	5,85	2,86	37,40	198,97	0,09	0,00	12,00	0,83	11,89	47,24	8,55	0,86	8,31		
		Оладьи из печени	90	17,24	13,64	11,57	238,96	0,29	29,70	7392,00	4,54	15,72	296,59	21,04	6,53	31,21		
		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	6,54		
		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	3,22		
		ИТОГО за обед		26,31	16,96	83,63	594,37	0,44	31,10	7404,00	5,92	39,05	380,17	44,05	0,33	49,28		
		ВСЕГО за ЧЕТВЕРГ-4		42,70	27,24	177,03	1128,96	0,60	33,49	7439,58	8,02	244,27	672,98	112,66	2,33			

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	

Ответственный за питание _____
Шеф повар _____
С.К. Рыжков
В.А. Чизубова