



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №13"

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей "15" ноября 2023г.



День/неделя № реп.	Наименование блюд	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			
54-1-3-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	53,80	0,01	0,11	39,00	0,05	132,00	75,00	5,30	0,15	15,21		
54-20к-2020	Каша молочная Гречневая	200	7,10	5,80	2,60	187,30	0,15	0,50	23,90	0,18	112,00	175,00	78,00	2,35	29,28		
54-21н-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		
	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		13,10	10,40	23,80	338,20	0,28	0,71	63,20	0,33	286,00	295,90	99,40	4,31	49,28		
54-27з-2020	Морковь отварная дольками	60	0,80	2,00	4,10	37,60	0,03	1,31	79,30	0,04	16,00	32,00	22,00	0,41	7,98		
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,70	5,70	10,10	110,40	0,03	6,76	134,60	0,04	33,60	42,60	19,20	0,87	15,35		
54-21г-2020	Горошница	150	14,50	1,30	33,80	204,80	0,44	0,00	0,90	0,09	78,00	215,00	70,00	4,45	12,38		
Пром.	Хлеб пшеничный	200	0,15	0,14	9,90	41,50	0,01	1,60	1,20	0,01	58,00	3,80	3,10	0,79	10,93		
	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	2,64		
	ИТОГО за обед		22,45	9,34	72,70	464,60	0,63	9,73	216,00	0,27	223,10	332,10	126,60	7,60	49,28		
	ВСЕГО за СРЕДА-2		35,55	19,74	96,50	802,80	0,91	10,44	279,20	0,60	509,10	628,00	226,00	11,91			
	Количество детей на завтрак																
	Количество детей на обед																
	ВСЕГО детей																

Ответственный за питание
Шеф повар

В.А. Чипизулова
В.А. Чипизулова