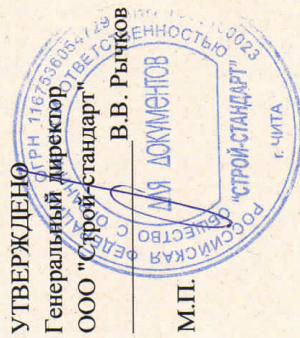


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя образовательная школа № 13"



УТВЕРЖДЕНО
 Директор МБОУ "СОШ № 13"
 В.А. Чипиузова
 М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию детей из малообеспеченных семей
 " 5 " декабря 2022г

День/неделя	№ рец.	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	Mg	Fe			
НЕДЕЛЯ-2																		
ПОНЕДЕЛЬНИК-2																		
ЗАВТРАК																		
309М		Макаронные изделия отварные	150	5,85	2,86	37,40	198,97	0,09	0,00	12,00	0,83	11,89	4724,00	8,55	0,86	9,36		
		Ёжки мясные	60	11,98	12,58	9,20	197,91	0,05	2,20	0,00	1,64	14,59	139,08	21,10	1,88	32,53		
377М		Чай с лимоном	187	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	3,50		
		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		
ИТОГО за завтрак				21,04	15,85	75,09	528,84	0,20	4,70	12,00	3,00	43,03	4907,44	47,97	4,42	49,28		
ОБЕД																		
32М		Капуста тушеная	150	3,91	2,39	14,99	9,68	0,90	82,66	12,00	0,35	90,30	67,95	34,64	1,37	10,65		
248К		Рыба запеченная с томатами	90	10,36	7,92	4,18	130,58	0,09	8,34	37,60	2,06	99,61	160,36	15,17	0,69	31,34		
		Компот из с/ф	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	3,40		
		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		
ИТОГО за обед				17,48	10,72	875,49	267,78	1,07	91,00	49,60	2,93	213,18	269,16	68,07	3,46	49,28		
ВСЕГО за ПОНЕДЕЛЬНИК-2				38,52	26,57	950,58	796,62	1,27	95,70	61,60	5,93	256,21	5176,60	116,04	7,88			

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	

Ответственный за питание

Шеф повар

С.Ч.
С.В. Рыцков
С.В. Рыцков