

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение "Средняя образовательная школа № 13"

Утверждаю

ООО "Строй-стандарт"
Ген. директор В.В. Рычков
М.П.



Утверждаю

Директор МБОУ "СОШ № 13"
В.А. Чипизубова
М.П.



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся с ОВЗ 5-11 классы
на " 10 " октября 2022г

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Цена, руб
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 3							
Понедельник-3							
Завтрак (1 смена)							
71М	Помидоры порционные	60	0,22	0,04	0,76	4,80	4,25
302М	Рис отварной	150	3,82	3,08	40,18	203,70	10,94
	Говядина тушеная	60	9,76	11,18	1,31	144,90	50,61
	Горошек зеленый	20	0,62	0,04	1,30	8,00	5,01
377М	Чай с лимоном	187	0,05	0,01	9,17	37,96	3,50
	Батон йодированный	40	3,04	1,12	20,56	104,48	5,79
ИТОГО за завтрак			17,51	15,47	73,28	503,84	80,00
63М	Салат из моркови с курагой	60	0,99	0,07	8,64	40,10	14,30
84М	Борщ с фасолью и картофелем	200	3,13	3,30	13,08	95,74	28,35
125М	Картофель отварной	200	2,98	4,21	24,03	146,24	24,65
350М	Кисель из плодов черной смородины	180	0,19	0,04	22,30	87,74	8,81
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	3,89
ИТОГО за обед			10,45	8,02	87,37	463,82	80,00
Обед (2 смена)							
125М	Картофель отварной	150	2,98	4,21	24,03	146,24	23,27
338К	Шницель рубленый куриный	90	16,24	4,89	13,25	149,93	39,85
350М	Кисель из плодов черной смородины	180	0,19	0,04	22,30	87,74	13,37
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,26	49,62	3,51
ИТОГО за обед			21,39	9,50	69,84	433,53	80,00
Полдник (2 смена)							
71М	Помидоры порционные	60	0,22	0,04	0,76	4,80	4,25
302М	Рис отварной	150	3,82	3,08	40,18	203,70	10,94
	Говядина тушеная	60	9,76	11,18	1,31	144,90	50,61
	Горошек зеленый	20	0,62	0,04	1,30	8,00	5,01
377М	Чай с лимоном	187	0,05	0,01	9,17	37,96	3,50
	Батон йодированный	40	3,04	1,12	20,56	104,48	5,79
ИТОГО за полдник			17,51	15,47	73,28	503,84	80,00