

Согласовано:

Директор МАОУ ЛМО СО "СОШ №13 с
УИОП"

Е.Е. Титова

" 5 " 12 2025 г.



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 5 " 12 2025 г.



МЕНЮ

ЗАВТРАК 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
208, сб	Каша пшенная молочная жидкая	220/5	7,94	10,01	37,94	271,45
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06
-	Какао с молоком и витаминами	200	3,78	3,72	13,14	96,54
-	Витошка					
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
-	Батон	40	3,08	1,20	21,32	107,81
	Итого за 'Завтрак'	515,00	17,53	22,45	91,28	631,42

ОБЕД 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
71, сб	Суп-крем из разных овощей	220	5,42	9,40	16,77	170,68
19	Гренки собств. пр.	20	1,59	0,30	9,93	48,70
-	Мясо кур отварное	10	2,36	2,23	0,00	29,55
110, сб	Тефтели мясные с рисом	90	6,95	11,10	9,70	165,05
227, сб	Макаронные изделия отварные	150/5	5,48	3,65	35,29	195,36
302, сб	Чай с лимоном	200	0,25	0,05	9,54	38,48
1.5, сб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	20,64	98,20
1.6, сб	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Обед'	775,00	27,85	27,61	118,54	823,37