

Согласовано:

Директор МАОУ ПМО СО «СОШ №13 с  
УИОП»

Е.Е. Титова

" 11 "



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 11 "



## МЕНЮ

### ЗАВТРАК 5-11 класс льготное питание, в т.ч. за родительскую плату и дети ОВЗ и инвалиды

| №      | Наименование блюда                                    | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал |
|--------|-------------------------------------------------------|----------|----------|---------|------------------|----------|
| 234, с | Омлет натуральный                                     | 150/5    | 19,27    | 28,62   | 3,44             | 347,93   |
|        | Масло сливочное                                       | 10       | 0,08     | 7,25    | 0,13             | 66,06    |
| 302, с | Чай с лимоном                                         | 200      | 0,25     | 0,05    | 9,54             | 38,48    |
| -      | Батон                                                 | 50       | 3,85     | 1,50    | 26,65            | 134,76   |
| -      | Хлеб пшеничный                                        | 40       | 2,64     | 0,26    | 18,76            | 89,56    |
| 7.12,  | Горошек зеленый консерв.<br>отварной для поджаривания | 50       | 1,66     | 0,11    | 5,96             | 26,31    |
|        | Итого за 'Завтрак'                                    | 555,00   | 27,75    | 37,79   | 64,47            | 703,11   |

### ОБЕД 5-11 класс льготное питание, в т.ч. за родительскую плату и дети ОВЗ и инвалиды

| №      | Наименование блюда           | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал |
|--------|------------------------------|----------|----------|---------|------------------|----------|
| 58, с  | Борщ с капустой и картофелем | 250      | 2,02     | 6,17    | 15,00            | 168,65   |
| -      | Мясо кур отварное            | 20       | 4,72     | 4,47    | 0,00             | 59,11    |
| 83, с  | Котлеты рыбные               | 100      | 18,60    | 14,07   | 19,02            | 276,47   |
| 146, с | Пюре картофельное            | 180      | 3,66     | 5,71    | 36,01            | 178,65   |
| 252, с | Соус белый основной          | 30       | 0,18     | 1,11    | 1,16             | 15,23    |
| -      | Напиток с витаминами Витошка | 200      | 0,00     | 0,00    | 18,95            | 70,71    |
| -      | Хлеб пшеничный               | 60       | 3,97     | 0,39    | 28,14            | 134,34   |
| -      | Хлеб ржаной                  | 40       | 2,64     | 0,48    | 16,68            | 77,35    |
| -      | Сметана                      | 10       | 0,24     | 1,32    | 0,33             | 14,34    |
|        | Итого за 'Обед'              | 910,00   | 36,03    | 33,72   | 135,28           | 954,85   |