

Согласовано:
 Директор МАОУ «МО СО "СОШ №13 с
 УИОП"
 Е.Е. Титова
 " 18 " 12 2025 г.



Утверждено:
 ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева
 " 18 " 12 2025 г.



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- ды, г	ЭЦ, ккал
234, с	Омлет натуральный	150/5	19,27	28,62	3,44	347,93
1.3, с	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,75
300, с	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,22	36,01
1.5, с	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	30,64	98,20
-	Батон	50	3,85	1,50	36,65	134,76
7.12, с	Горошек зеленый консерв. отварной для подгарнировки	50	1,66	0,11	5,96	26,31
	Итого за 'Завтрак'	555,00	28,18	38,92	85,98	717,97

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- ды, г	ЭЦ, ккал
61, с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,50	4,99	22,16	153,25
-	Мясо кур отварное	20	4,72	4,47	0,00	59,11
83, с	Биточки рыбные	100	15,50	11,73	15,85	230,39
8.3, с	Рис с овощами	180	4,20	15,10	40,24	312,89
310, с	Компот из смеси сухофруктов	200	0,53	0,06	32,22	122,85
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35
252, с	Соус белый основной	30	0,18	1,11	1,16	15,23
	Итого за 'Обед'	860,00	35,91	38,20	147,07	1060,63