

Согласовано:

Директор МАОУ ПМО СО "СОШ №13 с  
УИОП"

Е.Е. Титова

" 4 " 2026 г.



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 1 " 05 2026 г.



## МЕНЮ

### ЗАВТРАК 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
196,	Каша кукурузная молочная вязкая	200/5	6,56	7,05	40,89	245,33
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06
32/1	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37
-	Батон	50	3,85	1,50	26,65	134,76
-	Печенье	40	3,00	3,92	30,68	168,90
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>	<b>505,00</b>	<b>16,62</b>	<b>22,93</b>	<b>112,74</b>	<b>711,43</b>

### ОБЕД 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
55,	Щи из свежей капусты с картофелем	220	1,76	5,45	9,39	90,93
-	Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34
-	Мясо кур отварное	10	2,36	2,23	0,00	29,55
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	90	13,29	11,24	8,20	186,92
227,	Макаронные изделия отварные	150/5	5,48	3,65	35,29	195,36
248,	Соус томатный	30	0,36	1,32	2,16	21,91
310,	Компот из смеси сухофруктов	200	0,53	0,06	32,22	122,85
1.5,	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	20,64	98,20
1.6,	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35
	<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>795,00</b>	<b>29,83</b>	<b>26,16</b>	<b>124,91</b>	<b>837,42</b>