

Согласовано:

Директор МАОУ ПМО СО "СОШ №13 с УИОП"

Е.Е. Титова

" 18 " 03



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 18 " 03

(подпись)

2026 г.



МЕНЮ

ЗАВТРАК 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
239, сб.	Запеканка из творога со сгущенкой	150/20	27,65	20,30	36,12	438,08
300, сб.	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,22	36,01
-	Батон	40	3,08	1,20	21,32	107,81
-	Яблоки	100	0,40	0,40	11,60	48,68
	Итого за 'Завтрак'	510,00	31,32	21,94	78,26	630,57

ОБЕД 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
65, сб. 2	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200/20	6,32	4,05	30,70	179,59
138, сб.	Плов из мяса	200	22,99	27,60	42,98	511,51
319, сб.	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,27	33,40	127,47
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Обед'	740,00	35,26	32,67	142,52	985,48