

Согласовано:

Директор МАОУ ЛМО СО СОШ №13 с  
УИОП"

Е.Е. Титова

" 18 "



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 18 " 03 (подпись)



## 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      |
|--------|---------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 196, с | Каша кукурузная молочная вязкая | 250/5         | 8,16         | 8,77         | 50,86         | 305,17        |
|        | Масло сливочное                 | 10            | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66,06         |
| 304, с | Кофейный напиток (1 вариант)    | 200           | 3,01         | 2,82         | 16,60         | 100,75        |
| -      | 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>555,00</b> | <b>18,09</b> | <b>24,25</b> | <b>124,92</b> | <b>775,65</b> |

### 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      |
|---------|-----------------------------------|---------------|--------------|-------------|---------------|---------------|
| 55, сб  | Щи из свежей капусты с картофелем | 250           | 2,00         |             | 10,67         | 103,33        |
| -       | Сметана                           | 10            | 0,24         | 8,20        | 0,33          | 14,34         |
| -       | Мясо кур отварное                 | 10            | 2,36         | 1,32        | 0,00          | 29,55         |
| 5/9     | Биточки (котлеты) из мяса кур     | 100           | 14,76        | 2,23        | 9,11          | 207,68        |
| 227, с  | Макаронные изделия отварные       | 180/5         | 6,54         | 14,49       | 42,12         | 233,18        |
| 248, с  | Соус томатный                     | 30            | 0,36         | 5,35        | 2,16          | 21,91         |
| 310, с  | Компот из смеси сухофруктов       | 200           | 0,53         | 1,32        | 32,22         | 122,85        |
| 1.5, сб | Хлеб пшеничный                    | 60            | 4,74         | 0,06        | 30,96         | 147,30        |
| 1.6, сб | Хлеб ржаной                       | 40            | 2,64         | 0,60        | 16,68         | 77,35         |
|         | <b>Итого за 'Обед'</b>            | <b>885,00</b> | <b>34,19</b> | <b>0,48</b> | <b>144,25</b> | <b>957,50</b> |