

Согласовано:

Директор МАОУ ПМО СО "СОШ №13 с
УИОП"

Е.Е. Титова

" 26 " 03



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 26 " 03



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, сб | 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, сб | 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, сб | 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, сб | Биточки рыбные | 100 | 15,50 | 11,73 | 15,85 | 230,39 |
| 8.3, сб | 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 |