

Согласовано:

Директор МАОУ ГМО СО "СОШ №13 с

УИОП

Е.Е. Гитова



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

(подпись)

2026 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 |
|---------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 239 сб | Запеканка из творога со сгущенкой | 150/20 | 32,53 | 23,88 | 42,50 | 515,38 |
| 302, сб | Чай с лимоном | 200 | 0,25 | 0,05 | 9,54 | 38,48 |
| 3 | Батон | 50 | 3,64 | 0,85 | 23,96 | 117,80 |
| - | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 11,60 | 48,68 |
| | Итого за 'Завтрак' | 550 | 36,82 | 25,19 | 87,59 | 720,34 |

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 | 6,20 | 10,67 | 103,33 |
| - | Мясо кур отварное | 10 | 2,36 | 2,23 | 0,00 | 29,55 |
| 17/8 | Биточки из мяса, запеченные с молочным соусом | 100 | 13,39 | 11,78 | 9,88 | 199,26 |
| 183, сб | Каша гречневая рассыпчатая | 180/5 | 10,61 | 6,81 | 55,52 | 311,70 |
| - | Кисель с витаминами Витошка | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,33 | 91,53 |
| - | Хлеб пшеничный | 60 | 3,97 | 0,39 | 28,14 | 134,34 |
| - | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 |
| - | Сметана | 10 | 0,24 | 1,32 | 0,33 | 14,34 |
| | Итого за 'Обед' | 875 | 35,22 | 29,22 | 143,55 | 961,40 |