

Согласовано:

Директор МАОУ ПМО СО "СОШ №13 с  
УИОП"

Е.Е. Титова

" 29 " 04 2026 г.



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 29 " 04 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-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|-------|--------------------------------|---------------|--------------|--------------|------------------|---------------|
| 191,  | Каша рисовая молочная вязкая   | 250/5         | 7,14         | 9,85         | 50,01            | 315,79        |
| 3/13  | Горячий бутерброд с сыром 50 г | 50            | 6,31         | 6,55         | 17,38            | 146,54        |
| 3     | Батон                          | 50            | 3,64         | 0,85         | 23,96            | 117,80        |
| 32/10 | Кофейный напиток с молоком     | 200           | 3,14         | 5,21         | 14,39            | 96,37         |
|       | <b>Итого за 'Завтрак'</b>      | <b>555,00</b> | <b>20,22</b> | <b>22,46</b> | <b>105,73</b>    | <b>676,50</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-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|-------|------------------------------|---------------|--------------|--------------|------------------|---------------|
| 58, с | Борщ с капустой и картофелем | 250           | 2,02         | 6,17         | 20,00            | 118,65        |
| -     | Мясо кур отварное            | 20            | 4,72         | 4,47         | 0,00             | 59,11         |
| 101,  | Жаркое по-домашнему          | 220           | 27,95        | 28,21        | 37,81            | 474,46        |
| -     | Напиток с витаминами Витошка | 200           | 0,00         | 0,00         | 23,95            | 70,71         |
| -     | 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         |
|       | <b>Итого за 'Обед'</b>       | <b>860,00</b> | <b>41,54</b> | <b>41,05</b> | <b>126,90</b>    | <b>978,97</b> |