

Согласовано:

Директор МАОУ ПМО СО "СОШ №13 с УИОП"

Е.Е. Титова

" 30 04 " (подпись) 2026 г.



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 30 04 " (подпись) 2026 г.



МЕНЮ

ЗАВТРАК 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
234,	Омлет натуральный	150/5	19,27	28,62	3,44	347,93
1.3, с	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,75
300,	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,22	36,01
1.5, с	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	30,64	98,20
-	Батон	45	3,47	1,35	33,99	121,28
	Итого за 'Завтрак'	500,00	26,14	38,67	77,36	678,18

ОБЕД 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
61, с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,40	3,99	17,73	122,60
-	Мясо кур отварное	10	2,36	2,23	0,00	29,55
83, с	Биточки рыбные	90	13,95	10,55	14,26	207,35
8.3, с	Рис с овощами	150	3,50	12,58	33,53	260,75
310,	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,	Соус белый основной	30	0,18	1,11	1,16	15,23
	Итого за 'Обед'	760,00	30,20	31,27	134,34	925,24