

Согласовано:

Директор МАОУ ПМО СО "СОШ №13 с

УИОП"

Е.Е. Титова

" 22 " 05 (подпись) 2026 г.



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 22 " 05 (подпись) 2026 г.



## МЕНЮ

### ЗАВТРАК 1-4 класс

| №         | Наименование блюда             | Выход, г      | Белки, г     | Жиры, г      | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал      |
|-----------|--------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 209, 4/13 | Каша пшеничная молочная жидкая | 200/10        | 7,48         | 10,53        | 38,25        | 267,35        |
| -         | Сыр (порциями)                 | 20            | 5,26         | 5,32         | 0,00         | 70,12         |
| -         | Какао с молоком и витаминами   | 200           | 3,78         | 3,72         | 13,14        | 96,54         |
| 1.5, с    | Витошка                        | 40            | 3,16         | 0,40         | 20,64        | 98,20         |
| -         | Хлеб пшеничный                 | 40            | 3,08         | 1,20         | 21,32        | 107,81        |
| -         | Батон                          | 40            | 3,08         | 1,20         | 21,32        | 107,81        |
|           | <b>Итого за 'Завтрак'</b>      | <b>510,00</b> | <b>22,77</b> | <b>21,18</b> | <b>93,34</b> | <b>640,02</b> |

### ОБЕД 1-4 класс

| №      | Наименование блюда            | Выход, г      | Белки, г     | Жиры, г      | Углево-ды, г  | ЭЦ, ккал      |
|--------|-------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 56, с  | Рассольник ленинградский      | 250           | 2,41         | 5,73         | 17,51         | 129,67        |
| 123,   | Руллет мясной с луком и яйцом | 90            | 11,53        | 7,85         | 9,49          | 151,40        |
| 8.3, с | Рис с овощами                 | 150           | 3,50         | 12,58        | 33,53         | 260,75        |
| 252,   | Соус белый основной           | 30            | 0,18         | 1,11         | 1,16          | 25,23         |
| -      | Кисель с витаминами           | 200           | 0,00         | 0,00         | 22,33         | 91,53         |
| 4      | Витошка                       | 40            | 2,64         | 0,48         | 16,68         | 77,35         |
| 3      | Хлеб ржаной                   | 40            | 2,64         | 0,26         | 18,76         | 89,56         |
|        | <b>Итого за 'Обед'</b>        | <b>800,00</b> | <b>25,89</b> | <b>28,02</b> | <b>119,45</b> | <b>825,49</b> |