

Согласовано:

Директор МАОУ ПМО СО "СОШ №13 с

УИОП"

Е.Е. Титова

" 19 " 05



Утверждено:

ИП Токарева Е.Г.

Е.Г. Токарева

" 19 " 05



## МЕНЮ

### ЗАВТРАК 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
239, сб.	Запеканка из творога со сгущенкой	150/20	27,65	20,30	36,12	438,08
300, сб	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,22	36,01
-	Батон	40	3,08	1,20	21,32	107,81
-	Яблоки	100	0,40	0,40	11,60	48,68
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>	<b>510,00</b>	<b>31,32</b>	<b>21,94</b>	<b>78,26</b>	<b>630,57</b>

### ОБЕД 1-4 класс

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
65, сб.2	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200/20	6,32	4,05	30,70	179,59
138, сб	Плов из мяса	200	22,99	27,60	42,98	511,51
319, сб	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,27	33,40	127,47
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35
	<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>740,00</b>	<b>35,26</b>	<b>32,67</b>	<b>142,52</b>	<b>985,48</b>