

Согласовано:
Директор МАОУ НМО СО СОШ 13 с УИОП
Титова Е.Е.



Утверждено:
ИП Токарева Е.Г.



2 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
239 сб.202	Запеканка из творога со	180/20	17,99	21,01	42,50	457,38
пром.	Чай с лимоном	200	0,25	0,05	9,54	38,48
300, сб.202	Батон витаминизированный	50	3,85	1,50	26,65	134,76
ТТК	Фрукты	100	0,40	0,40	11,60	48,68
Итого за 'Завтрак'		550,00	22,49	22,96	90,29	679,30
Обед						
ТТК	Нарезка (огурец свежий)	100	0,78	0,10	3,43	15,61
ТК 22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	2,43	3,83	15,80	106,17
ТК 4/8*	Плов из мяса говядины	280	20,72	23,11	51,40	494,55
319, сб.202	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,27	33,40	127,47
пром.	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68
Итого за 'Обед'		890,00	28,57	27,82	131,12	872,04
Итого за день		1440,00	51,06	50,78	221,41	1551,34