

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

Утверждено:
ИП Токарева Е.Г.

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
208, сб.2024	Каша пшенная молочная вязкая	250	8,82	14,12	52,15	351,61
ТК 2/13*	Бутерброд с сыром	30/10	4,91	2,93	14,07	104,07
ТТК	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	3,72	13,14	96,54
ТК 24/12*	Шарлотка	60	2,27	2,14	16,38	91,63
	Итого за 'Завтрак'	550,00	19,78	22,91	95,74	643,85
Обед						
ТК 32/1*	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100	1,38	5,97	9,01	89,86
71, сб.2024	Суп-крем из разных овощей	250	7,16	8,68	19,06	193,14
ТТК 19	Гренки собств. пр.	20	1,59	0,30	9,93	48,70
110, сб.2024	Тефтели из свинины с рисом	120	9,26	11,26	12,94	179,06
227, сб.2024	Макаронные изделия отварные	180/5	6,54	5,35	35,12	273,18
319, сб.2024	Напиток из плодов шиповника	200	0,24	0,10	14,60	55,74
пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	15,48	73,65
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68
	Итого за 'Обед'	925,00	29,86	32,20	124,48	952,00
	Итого за день	1475,00	49,64	55,11	220,22	1595,85