

Согласовано:
Директор МАОУ ГМО 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						
239 сб.2024	Запеканка из творога со сгущенкой	180/20	17,99	21,01	42,50	457,38
302, сб.2024	Чай с лимоном	200	0,25	0,05	9,54	38,48
пром.	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						
46, сб.2024	Икра морковная	100	2,68	7,94	11,02	117,63
55, сб.2024	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,00	6,20	10,67	123,33
ТК 17/8*	Биточки (котлеты) из мяса свинины с молочным соусом	100	11,16	9,81	8,24	166,05
183, сб.2024	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,61	6,81	55,52	311,70
ТТК	Кисель с витаминами Витошка	200	0,00	0,00	22,33	91,53
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'		885,00	30,14	31,30	131,60	922,56
Итого за день		1435,00	52,63	54,26	221,89	1601,86