

И.П. Раменская О.С.

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13»

Утверждаю Директор школы
МБОУ «СОШ №13» В.А. Чипизубова

Меню

5-11 классы льготное питание 6 сентября 2024г. День-5 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Картофель отварной	12,74	8,61	16,59	195,79	150	12,00
Котлета рыбная	12,74	8,61	16,59	195,79	80	28,00
Кофейный напиток	3,28	3,99	22,18	138,19	200	6,28
Хлеб пшеничный	0,05	0,01	9,17	37,96	30	3,00
Итого :	19,26	13,75	68,88	478,81		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Макароны отварные	15,72	18,19	5,60	249,23	150	10,00
Бефстроганов из отварной говядины	3,82	3,08	40,1	203,7	80	33,00
Компот	3,28	3,99	22,18	138,19	200	3,28
Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,00
Итого :	30,70	25,04	104,39	767,66		49,28

Меню

5-11 классы льготное питание 7 сентября 2024г. День-6 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Каша молочная кукурузная	8.0	9.0	19.8	249.4	200	28,00
Сыр из твердых сортов	2.4	0.4	12.6	63.6	30	15,00
Чай с лимоном и сахаром	0.3	0.0	8.6	38	200	3,28
Хлеб пшеничный					30	3,00
Итого :	11.1	9.4	60.8	590.0		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Каша гречневая рассыпчатая	13.3	6.2	0.0	250.4	150	13,00
Щицель из курицы	2.1	5.8	26.7	108.0	75	27,00
Компот из свежих яблок	0.5	0.0	13.7	84.0	200	6,28
Хлеб пшеничный	2.4	0.4	12.6	63.6	30	3,00
Итого :	26.1	27.8	88.0	506		49,28

Меню

5-11 классы льготное питание 9 сентября 2024г. День-7 неделя-2

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Каша вязкая молочная пшенная	1.4	5.1	8.9	88.0	200	28,28
Сыр твердых сортов	8.0	9.0	19.8	249.4	15	12,00
Какао с молоком	0.3	0.0	7.2	60.0	200	6,00
Хлеб пшеничный	2.4	0.4	12.6	63.6	40	3,00
Итого :				527		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Плов из говядины	15,72	18,19	5,60	249,23	200	28,00
Компот из кураги	3,82	3,08	40,1	203,7	200	10,00
Хлеб пшеничный	0,90	0,18	18,18	82,80	30	8,00
Итого :	30,70	25,04	104,39	767,66		49,28

Меню

5-11 классы льготное питание 10 сентября 2024г. День-8 неделя-2

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Макароны отв.	12,74	8,61	16,59	195,79	150	11,28
Курица с овощами	12,74	8,61	16,59	195,79	100	31,00
Чай с лимоном и сахаром	3,28	3,99	22,18	138,19	200	4,00
Хлеб пшеничный	0,05	0,01	9,17	37,96	30	3,00
Итого :	19,26	13,75	68,88	478,81		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Картофель отварной	15,72	18,19	5,60	249,23	150	12,00
Котлета из курицы	3,82	3,08	40,1	203,7	75	31,00
Компот из смеси сухофруктов	0,90	0,18	18,18	82,80	200	3,28
Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,00
Итого :	30,70	25,04	104,39	767,66		49,28