



Утверждаю

ИП Раменская О.С.

М.П.

Утверждаю

Меню

23 «Сентября» 2024г.

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

М.П.

Понедельник к Неделя 2	№Рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (Мг)				Минеральные вещества(мг)				Цена.Руб.
				Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
День-7																
Завтрак																
54-6к-2020		Каша вязкая молочная пшениная	200	8.3	10.2	37.6	274.9	0,18	0,54	41,6	0,15	127	186	49	1,32	24,00
Пром.		Фрукт (мандарин)	140	1,1	0,3	10,5	49	0,14	37,39	47,6	0	51,8	15,4	0	0,14	25,00
54-21гн-2020		Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	0,04	0,68	17,3	0,17	143	130	34	1,09	7,00
Пром.		Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,09	0	0,14	56,25	58,05	18,45	1,62	2,00
Пром.		Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,1	18,25	31,25	10	0,7	2,00
		Итого за завтрак	610	19,2	14,7	91,1	572,5	0,64	38,8	106,5	0,56	396,3	420,7	111,45	4,87	60,00
Обед																
54-8з-2020		Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6.1	5.8	81.5	0,02	23,1	122	0,02	27	19	10	0,36	5,00
54-3с-2020		Рассольник Ленинградский	200	4.74	5.8	13.6	125.5	0,06	5,5	104	0,05	21	51,4	19,8	0,7	15,00
54-11м-2020		Плов из отварной говядины	200	15.3	14.7	38.6	348.2	0,07	0,72	262	0,12	20	193	44	2,2	26,00
54-2хн-2020		Компот из кураги	200	1	0.1	15.7	66.9	0,01	0,32	70	0,03	28	25	18	0,58	10,00
Пром.		Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,00
Пром.		Хлеб ржаной	15	1	0.2	5	25.6	0,06	0,06	0	0,045	10,95	18,75	6	0,42	2,00
		Итого за обед	705	25,34	27,1	93,5	718	0,34	29,76	558	0,35	144,45	345,85	110,1	5,34	60,00
		Всего за День-7	1315	44,54	41,8	184,6	1290,5	0,98	68,56	664,5	0,91	540,75	766,55	221,55	10,2	

Количество детей на завтрак	Ответственный по питанию /ФИО/	/ФИО/
Количество детей в обед		
Количество детей в полдник	Шеф повар	/ФИО/
Всего детей		