



Утверждаю

Меню

25 «Сентября» 2024г.

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

М.П.



Утверждаю

ИП Раменская О.С.

М.П.

Среда Неделя 2	№Рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность	Витамины (Мг)				Минеральные вещества(мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	Цена.Руб.
День-9																
Завтрак																
54-1з-2020		Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	10,00
54-20к-2020		Каша молочная гречневая	200	7.1	5.8	26.6	187.3	0,15	0,5	23,9	0,18	112	175	78	2,35	26,00
Пром.		Фрукт (яблоко)***	120	0.5	0.5	11.8	53.3	0	5,52	3,6	0	7,2	132	10,8	0,48	13,00
54-23гн-2020		Кофейный напиток с молоком	200	3.8	2.9	11.3	86	0,03	0,52	13,3	0,13	111	107	31	1,07	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	605	20	14,3	80,2	528,6	0,47	6,84	79,8	0,6	436,7	578,3	153,55	6,37	60,00
Обед																
54-27з-2020		Морковь отварная дольками	60	0.8	2	4.1	37.6	0,03	1,31	79,3	0,04	16	32	22	0,41	5,00
54-2с-2020		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4.7	5.7	10.1	110.4	0,03	6,76	134,6	0,04	33,6	42,6	19,2	0,87	15,00
54-21г-2020		Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8	0,44	0	0,9	0,09	78	215	70	4,45	5,00
54-7м-2020		Шницель из говядины	75	13.7	13,1	12.4	221.3	0,05	0,09	16,6	0,12	30	138	20	1,94	24,00
54-3соус-2020		Соус красный	20	0.7	0.5	1.8	14.16	0,004	0,54	25,6	0	1,84	4,8	2,4	0,1	2,00
54-32хн-2020		Компот из свежих яблок	200	0.15	0.14	9.9	41.5	0,01	1,6	1,2	0,01	58	3,8	3,1	0,79	5,00
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	750	37,85	23,14	91,9	725,66	0,74	10,42	258,2	0,44	265,89	493,65	155	10,1	60,00
		Всего за День-9	1355	57,85	37,44	172	1254,26	1,21	17,26	338	1,04	702,59	1071,9	308,55	16,4	

Количество детей на завтрак	Ответственный по питанию	Крылова О.В.	/ФИО/
Количество детей в обед			
Количество детей в полдник	Шеф повар	Менюдинова	/ФИО/
Всего детей			