

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13»

И.П. Раменская О.С.

Утверждаю Директор школы

МБОУ «СОШ№13»

В.А. Чипизубова

Меню

Соц. поддержка 5-11 классы 18 ноября 2024г. Неделя-2 день -7

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Каша вязкая молочная пшениная	12,74	8,61	16,59	195,79	200	32,00
Сыр	12,74	8,61	16,59	195,79	35	34,45
Какао с молоком	3,28	3,99	22,18	138,19	200	17,00
Хлеб пшеничный	0,05	0,01	9,17	37,96	30	3,00
Итого :	19,26	13,75	68,88	478,81		86,45
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Рассольник Ленинградский	3,11	4,42	11,94	100,69	250	33,45
Плов из отварной говядины	15,72	18,19	5,60	249,23	200	43,00
Компот	3,82	3,08	40,1	203,7	200	7,00
Хлеб пшеничный	0,90	0,18	18,18	82,80	75	3,00
Итого :	29,90	27,48	126,05	730,42		86,45

Меню

Соц. поддержка 5-11 классы 19 ноября 2024г. Неделя-2 день -8

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Помидор свежий	12,74	8,61	16,59	195,79	30	15,45
Макароны отв.	12,74	8,61	16,59	195,79	150	12,00
Курица отв.	3,28	3,99	22,18	138,19	100	49,00
Чай с лимоном и сахаром	0,05	0,01	9,17	37,96	200	7,00
Хлеб пшеничный	0,14	0,02	0,38	2,40	30	3,00
Итого :	19,26	13,75	68,88	478,81		86,45
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Суп крестьянский с крупой	3,11	4,42	11,94	100,69	250	30,45
Картофель отварной	15,72	18,19	5,60	249,23	150	13,00
Котлета из курицы	3,82	3,08	40,1	203,7	75	35,00
Компот из смеси сухофруктов	0,06	0,06	15,34	62,44	200	5,00
Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,00
Итого :	29,90	27,48	126,05	874,90		86,45

Меню

Соц. поддержка 5-11 классы 20 ноября 2024г. Неделя-2 день -9

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Сыр твердых сортов	12,74	8,61	16,59	195,79	35	34,45
Каша молочная гречневая	12,74	8,61	16,59	195,79	200	39,00
Кофейный напиток с молоком	0,05	0,01	9,17	37,96	200	10,00
Хлеб пшеничный	0,14	0,02	0,38	2,40	30	3,00
Итого :	19,26	13,75	68,88	478,81		86,45
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Борщ с капустой и картофелем	3,11	4,42	11,94	100,69	200	33,45
Горошница	15,72	18,19	5,60	249,23	150	10,00
Шницель из говядины	3,82	3,08	40,1	203,7	75	33,00
Компот из яблок	0,06	0,06	15,34	62,44	200	7,00
Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,00
Итого :	29,90	27,48	126,05	874,90		86,45

Приятного аппетита