

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13»

И.П. Раменская О.С.

Утверждаю Директор школы
МБОУ «СОШ №13» В.А. ЧипизубоваМеню
Соц. поддержка 5-11 классы 25 ноября 2024г. Неделя-1 день -1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Сыр твердых сортов	0,3 *	0,0	2,9	83,0	35	34,45
Каша молоч овсяная	8,0	9,0	19,8	249,4	200	39,00
Чай с сахаром	0,1	0,0	16,9	156,0	200	10,00
Хлеб пшеничный	2,4	0,4	12,6	63,6	30	3,00
Итого :	11,1	9,4	60,8	590,0		86,45
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Рассольник домашний	6,5	5,0	20,5	235,0	250	33,45
Картофель отварной	13,3	6,2	0,0	250,4	150	16,00
Тефтели	2,1	5,8	26,7	108,0	60	30,00
Компот	0,5	0,0	13,7	84,0	200	4,00
Хлеб пшеничный	2,4	0,4	12,6	63,6	30	3,00
Итого :	26,1	27,8	88,0	741		86,45

Меню

Соц. поддержка 5-11 классы 26 ноября 2024г. Неделя-1 день -2

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Картофельное пюре	12,74	8,61	16,59	195,79	150	15,00
Курица тушеная с морковью	12,74	8,61	16,59	195,79	100	51,45
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
Борщ с капустой и картофелем	3,11	4,42	11,94	100,69	250	33,45
Рис отварной	15,72	18,19	5,60	249,23	150	11,00
Котлета рыбная любительская	3,82	3,08	40,1	203,7	100	31,00
Компот	0,90	0,18	18,18	82,80	200	8,00
Хлеб ржаной	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,00
Итого :	29,90	27,48	126,05	730,42		86,45

Меню

Соц. поддержка 5-11 классы 27 ноября 2024г. Неделя-1 день -3

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Горошек зеленый	12,74	8,61	16,59	195,79	30	17,00
Омлет натуральный	12,74	8,61	16,59	195,79	150	36,00
Чай с молоком и сахаром	3,28	3,99	22,18	138,19	200	14,00
Хлеб пшеничный	0,05	0,01	9,17	37,96	30	3,00
Сыр	0,14	0,02	0,38	2,40	15	16,45
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 картофельный с макаронными	3,11	4,42	11,94	100,69	250	30,45
Каша перловая	15,72	18,19	5,60	249,23	150	15,00
Оладьи из печени	3,82	3,08	40,1	203,7	80	30,00
Компот	0,06	0,06	15,34	62,44	200	8,00
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