

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13»

И.П. Раменская О.С.

Утверждаю Директор школы

МБОУ «СОШ №13»

В.А. Чипизубова

Меню

5-11 классы льготное питание 27 ноября 2024г. День-3 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Горошек зел.	12,74	8,61	16,59	195,79	20	6,28
Омлет натур.	12,74*	8,61	16,59	195,79	150	36,00
Чай с сахаром	3,28	3,99	22,18	138,19	200	4,00
Хлеб пшенич.	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
Каша перловая	15,72	18,19	5,60	249,23	150	10,00
Оладьи из печени	3,82	3,08	40,1	203,7	80	29,00
Компот	0,90	0,18	18,18	82,80	200	7,00
Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,28
Итого :	30,70	25,04	104,39	767,66		49,28

Меню

5-11 классы льготное питание 28 ноября 2024г. День-4 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Каша вязкая молочная ячневая	12,74	8,61	16,59	195,79	200	31,00
Сыр твердых сортов	8.0	9.0	19.8	249.4	15	12,28
Чай с сахаром	3,28	3,99	22,18	138,19	200	3,00
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
Картофельное пюре	15,72	18,19	5,60	249,23	150	12,00
Биточек из курицы с соусом	3,82	3,08	40,1	203,7	75	28,28
Компот из сухоф.	0,90	0,18	18,18	82,80	200	6,00
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 29 ноября 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 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