

И.П. Раменская О.С.

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13»

Утверждаю Директор школы

МБОУ «СОШ №13»

В.А. Чипизубова

Меню

Соц. поддержка 5-11 классы 7 ноября 2024г. Неделя-2 день -10

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 натурал.	12,74	8,61	16,59	195,79	150	39,00
Сыр	3,28	3,99	22,18	138,19	15	16,45
Чай с сахаром	0,05	0,01	9,17	37,96	200	11,00
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 фасолевый	3,11	4,42	11,94	100,69	250	33,45
Картофельное пюре	15,72	18,19	5,60	249,23	150	12,00
Печень говяжья по-строгановски	3,82	3,08	40,1	203,7	80	35,00
Компот	0,06	0,06	15,34	62,44	200	3,00
Хлеб ржаной	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 8 ноября 2024г. Неделя-2 день -11

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Каша молочная пшеничная	12,74	8,61	16,59	195,79	200	38,45
Сыр твердых сортов	12,74	8,61	16,59	195,79	30	35,00
Чай с молоком и сахаром	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
Рассольник Ленинградский	3,11	4,42	11,94	100,69	250	33,45
Макароны отварные	15,72	18,19	5,60	249,23	150	8,00
Фрикадельки с соусом	3,82	3,08	40,1	203,7	80	35,00
Компот	0,06	0,06	15,34	62,44	200	7,00
Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,3	94,00	40	3,00
Итого :	29,90	27,48	126,05	874,90		86,45

Меню

Соц. поддержка 5-11 классы 2024г. Неделя-2 день -12

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Огурец свежий	12,74	8,61	16,59	195,79	30	16,45
Картофель отварной	12,74	8,61	16,59	195,79	150	15,00
Тефтели с соусом	3,28	3,99	22,18	138,19	60/20	45,00
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
Щи из свежей капусты	3,11	4,42	11,94	100,69	250	33,45
Горошница	15,72	18,19	5,60	249,23	150	10,00
Биточек из курицы, соус	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 ржаной	3,16	0,40	19,3	94,00	30	3,00
Итого :	29,90	27,48	126,05	874,90		86,45

Приятного аппетита