

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 8 ноября 2024г. День-11 неделя-2

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	31,00
Сыр твердых сортов	8,0	9,0	19,8	249,4	15	12,00
Чай с молоком и сахаром	3,28	3,99	22,18	138,19	200	3,28
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	8,00
Фрикадельки с соусом	3,82	3,08	40,1	203,7	80/20	32,00
Компот	3,28	3,99	22,18	138,19	200	6,28
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-12 неделя-2

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
Тефтели с соусом	12,74	8,61	16,59	195,79	60/20	31,00
Чай с лимоном и сахаром	3,28	3,99	22,18	138,19	200	3,28
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
Горошница	15,72	18,19	5,60	249,23	150	10,00
Биточек	3,82	3,08	40,1	203,7	75	33,00
Компот из яблок	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 11 ноября 2024г. День-1 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Сыр твердых сортов	8,0	9,0	19,8	249,4	15	12,28
Каша молочная овсяная	0,1	0,0	16,9	156,0	200	30,00
Чай с сахаром	2,4	0,4	12,6	63,6	200	4,00
Хлеб пшеничный	0,3	0,0	8,6	38	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
Картофель отварной в молоке	13,3	6,2	0,0	250,4	150	14,00
Тефтели с рисом и соусом	2,1	5,8	26,7	108,0	60/20	29,00
Хлеб пшеничный	0,5	0,0	13,7	84,0	30	3,00
Компот из сухофруктов	2,4	0,4	12,6	63,6	200	3,28
Итого :	26,1	27,8	88,0	506		49,28

Меню

5-11 классы льготное питание 12 ноября 2024г. День-2 неделя-1

Завтрак I смена 8:30 до 11:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Картофельное пюре	1,4	5,1	8,9	88,0	150	11,28
Курица тушеная с морковью	7,38	7,42	19,68	315,4	70	31,00
Какао с молоком	0,3	0,0	7,2	60,0	200	4,00
Хлеб пшеничный	2,4	0,4	12,6	63,6	30	3,00
Итого :				527		49,28
Обед II смена 13:00 до 15:00	Белки	Жиры	Углев	Калор	Выход	Цена
Рис отварной	15,72	18,19	5,60	249,23	150	10,00
Котлета рыбная с соусом	3,82	3,08	40,1	203,7	80/20	29,00
Хлеб пшеничный	0,90	0,18	18,18	82,80	30	3,28
Компот из яблок	3,16	0,40	19,3	94,00	200	7,00
Итого :	30,70	25,04	104,39	767,66		49,28