

«Утверждаю»

Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»

А. А. Нейжмак



«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 13

Меню

На « 11 » 2023г



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	ЦЕНА
		Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак 1 - 4 классы</b>							
Плов куриный	235	21,72	25,81	43,52	498,59	220,92	51,88
Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	7,2	835	5,55
Кофейный напиток	200	3	4	27	156	300,19	3,5
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	11,4	78,45	600,06	1,93
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
	515	28,78	30,97	92,26	782,24		64,3
<b>Завтрак 5 - 11 классы</b>							
Плов куриный	235	21,72	25,81	43,62	498,59	220,92	51,88
Помидоры свежие	55	0,61	0,11	2,09	13,2	835	9,91
Кофейный напиток	200	3	4	27	156	300,19	3,5
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
	550	29,83	31,32	97,11	814,39		69,3
<b>Обед</b>							
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/10	3	9	15	128	100,28	14,15
Рагу из птицы	50/150	22,6	23,2	28,5	250,55	220,39	39,55
Икра морковная	50	0,94	3,77	5,11	59,16	863,02	6,16
Компот из плодов свежих (яблоки апельсины)	200	0,15	0,08	37,15	182	300,45	6,13
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
	760	31,19	37,45	110,16	766,31		70,00

Старший повар

Медсестра

*Сурденто*