

«Утверждаю»
 Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»



А. А. Нейжмак



«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 13

Меню

На « 10 » 2023г

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	ЦЕНА
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1 - 4 классы							
Тефтели	100	14,6	14,57	11,68	236,83	220,43	36,41
Соус томатный	40	0,54	2,16	3	34,1	854,02	2,04
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,76	5,49	34,95	212,37	858	6,01
Салат из свеклы отварной с горошком	30	1,2	3	8,4	43,2	805	4,69
Кофейный напиток на молоке	200	4,2	4,6	26,5	159	300,2	12,58
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
	560	29,38	31,02	99,73	790,1		64,3
Завтрак 5 - 11 классы							
Тефтели	100	14,6	14,57	11,68	236,83	220,43	36,41
Соус томатный	50	0,68	2,71	3,76	42,63	854	2,54
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,76	5,49	34,95	212,37	858	6,01
Салат из свеклы отварной с горошком	55	2,2	5,5	15,4	79,2	805	7,75
Кофейный напиток на молоке	200	4,2	4,6	26,5	159	300,2	12,58
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
	615	31,94	34,27	116,69	876,63		69,3
Обед							
Суп картофельный с крупой пшенной	250	2,39	3,28	17,15	108,36	100,19	9,37
Птица тушеная	70	13,78	14,85	2,52	188,76	220,36	40,54
Соус томатный	40	0,54	2,16	3	34,1	854,02	2,04
Каша пшеничная вязкая	150	3,34	4,42	20,6	135,57	824	5,09
Салат из белокачанной капусты с морковью	30	0,5	3,05	2,9	40,75	26,02	4,88
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
Компот из смеси сухофруктов	200	0,72	0,06	28,27	116,15	300,24	4,71
	790	25	28,92	95,04	744,14		70,00

Старший повар
 Медсестра

Суровская