

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ № 13
 Румянцева Е.Ю.



МЕНЮ
 На воскресенье
 Дети 11-18 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	
			Б	Ж	У		
1	2	3	5	6	7	8	
	Завтрак						
22K	Горошек зеленый	40	1,24	0,08	2,6	16	
210M	Омлет натуральный	170	17,7	21	3,29	273,14	
377M	Чай с лимоном	207	0,06	0,01	10,19	42,29	
	Хлеб пшеничный	60	4,5	1,74	30,84	157,02	
	Апельсины свежие	150	1,35	0,3	12,15	64,5	
	Всего в	Завтрак	627	24,85	23,13	59,07	552,95
	Обед						
67M	Винегрет овощной	100	1,27	7,16	6,76	97,54	
99M	Суп из овощей на курином бульоне	250	2,89	6,78	11,19	117,85	
294M	Котлеты рубленные из птицы с соусом	110	13,83	12,93	15,75	235,57	
302M	Рис отварной	180	4,58	3,55	48,15	242,89	
349M	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	
	Всего в	Обед	930	29,69	31,51	153	1019,85
	Всего в	день		54,54	54,64	212,07	1572,8

Зав производством

Н.В. Савенкова

Савенкова Н.В.