

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ № 13
 Румянцева Е.Ю.

МЕНЮ
 На _____
 Дети 11-18 лет



Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	
		Б	Ж	У		
2	3	5	6	7	8	
Завтрак						
Огурец свежий порционный	40	0,28	0,04	0,76	4,4	
Гуляш	100	16,54	13,02	3,74	198,91	
Рис отварной	180	4,58	3,55	48,15	242,89	
Какао с молоком	200	3,88	3,1	15,19	105,46	
Хлеб пшеничный	60	5,1	0,96	22,2	119	
Всего в	Завтрак	580	30,38	20,67	90,04	670,66
Обед						
Салат из квашеной капусты	100	1,28	5,17	11,5	99,03	
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	250	6,74	5,59	19,77	156,49	
Жаркое по-домашнему из курицы	280	30,53	13,02	29,1	357,99	
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	13,9	58,7	
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	
Всего в	Обед	920	45,17	24,94	113,41	865,21
Всего в	день		75,55	45,61	203,45	1535,87

Зав производством

Савенкова Н.В.