



"Утверждаю"  
 Директор МАОУ СОШ № 24  
 Т.М. Заостровных

**МЕНЮ**

Начальная школа 13а

20 сентября 2023 г.

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен- ный сахар, г	Вложен- ная соль, г
			г всего	г всего						
Обед										
39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,63	6,52	34,56	214,6	9,21		0	1,5
12/7	Биточки рыбные из горбуши	90	17,26	8,26	7,67	174,2	40,24		0	0,45
-	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,23	20,35	94,01	2,64		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,11	0,38	13,32	61,79	1,65		0	0
-	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	22,33	91,53	8,50		0	0
-	Яблоки	254	1,13	1,13	32,71	137,3	39,48		0	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>29,72</b>	<b>16,52</b>	<b>130,9</b>	<b>773,4</b>	<b>101,72</b>	<b>100,00</b>	<b>0</b>	<b>1,95</b>
<b>Итого за день</b>			<b>29,72</b>	<b>16,52</b>	<b>130,9</b>	<b>773,4</b>	<b>101,73</b>		<b>0</b>	<b>1,95</b>

Содержание, % от  
калорийности

16      20      64



## МЕНЮ

Сотрудники 13а

20 сентября 2023 г.

Но- мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен- ный сахар, г	Вложен- ная соль, г
			г всего	г всего						
<b>Обед</b>										
39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,63	6,52	34,56	214,6	9,21		0	1,5
12/7	Биточки рыбные из горбуши	90	17,26	8,26	7,67	174,2	40,24		0	0,45
-	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,23	20,35	94,01	2,64		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,11	0,38	13,32	61,79	1,65		0	0
-	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	22,33	91,53	8,50		0	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>28,59</b>	<b>15,39</b>	<b>98,22</b>	<b>636,2</b>	<b>62,24</b>	<b>100,00</b>	<b>0</b>	<b>1,95</b>
<b>Итого за день</b>			<b>28,59</b>	<b>15,39</b>	<b>98,22</b>	<b>636,2</b>	<b>62,25</b>		<b>0</b>	<b>1,95</b>
Содержание, % от калорийности			19	23	59					



## МЕНЮ

Начальная коррекция 13а

20 сентября 2023 г.

Но- мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен- ный сахар, г	Вложен- ная соль, г
			г всего	г всего						
<b>Завтрак</b>										
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,87	5,99	25,86	174,8	9,47		3	0,38
-	Хлеб пшеничный	30	1,95	0,17	15,26	70,51	1,98		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,11	0,38	13,32	61,79	1,65		0	0
-	Масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,1	14,97		0	0
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	3,21	9,5	77,79	7,28		5	0
-	Яблоки	254	1,13	1,13	32,71	137,3	39,48		0	0
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>14,35</b>	<b>25,38</b>	<b>96,91</b>	<b>654,3</b>	<b>74,83</b>	<b>45,54</b>	<b>8</b>	<b>0,38</b>
<b>Обед</b>										
38/3	Рис отварной	150	3,81	5,33	39,94	223,6	10,15		0	0,38
12/7	Биточки рыбные из горбуши	90	17,26	8,26	7,67	174,2	40,24		0	0,45
-	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,23	20,35	94,01	2,64		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,11	0,38	13,32	61,79	1,65		0	0
-	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	22,33	91,53	8,50		0	0
-	Яблоки	254	1,13	1,13	32,71	137,3	39,48		0	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>26,9</b>	<b>15,34</b>	<b>136,3</b>	<b>782,4</b>	<b>102,66</b>	<b>54,46</b>	<b>0</b>	<b>0,83</b>
<b>Итого за день</b>			<b>41,24</b>	<b>40,71</b>	<b>233,2</b>	<b>1437</b>	<b>177,49</b>		<b>8</b>	<b>1,2</b>
Содержание, % от калорийности			12	27	61					