

Д. С. Васильев

«23 апреля» 2024г.

## МЕНЮ на « 23 » апреля 2024 года

МБОУ «Средняя школа № 13 им.Героя Советского Союза В.И. Манкевича.

Завтрак (6-11лет)	Выход	к/кал	Цена
каша пшеничная с маслом	250/15	330,43	22-85
яблоко вареное	40	62,8	12-00
кореичей напиток с медом	200	118,6	10-59
хлеб пшеничный	40	69,3	3-26
Яблоко	120	21,8	16-83
			65-53
Завтрак (12-18лет)	Выход	к/кал	Цена
каша пшеничная с маслом	250/15	330,43	22-85
яблоко вареное	40	62,8	12-00
кореичей напиток с медом	200	118,6	10-59
хлеб пшеничный	50	115,5	4-08
Яблоко	120	21,8	16-83
			66-53
Обед (6-11лет)	Выход	к/кал	Цена
суп картофельный с горохом	250	134,75	6-66
выпечка рубленая из говяд.	80	183,04	30-00
кашечка тыквенная	150	113	11-94
кисель плодово-ягодный	200	92,4	4-36
хлеб пшеничный	40	69,3	3-26
хлеб ржаной-пшеничный	40	81	3-26
Яблоко	120	21,8	16-83
			76-31
Обед (12-18лет)	Выход	к/кал	Цена
суп картофельный с горохом	250	134,75	6-66
выпечка рубленая из говяд.	100	220	39-56
кашечка тыквенная	180	135	14-33
кисель плодово-ягодный	200	113	4-36
хлеб пшеничный	50	115,5	4-08
хлеб ржаной-пшеничный	60	121,5	4-90
Яблоко	120	21,8	16-83
			88-72
Полдник	Выход	к/кал	Цена
яблоко, вареное	40		5-71
кисель	200	102	20-18
			25-89
Дополнительно	Выход	к/кал	Цена
Апельсин	120	20,8	16-83

Шеф повар

Школа № 13 Отд./корп. День. 23.04.2022

Присл имен	Рестор	№ рецеп	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Топ блюдо		Каша рисов. сем. му	100/15	22-26	330-423	6,84	16,9	41,23
	Гор. салат		Корейский салат	100	10-50	155,2	3,6	2,67	28,27
	Хлеб		Маггесевский	40	3-26	69,3	2,28	0,27	14,07
			Магго Варенье	40	12-20	62,8	5,08	4,6	0,28
Завтрак 2			Яблоко	100	16-83	21,8	0,2	0,19	9,4
					65-53				
Обед	Завтрак								
	1 блюдо		Суп картофель. суп	100	6-66	184,26	5,4	5,3	16,3
	2 блюдо		Биточки рыб. суп	80	30-00	183,04	6,36	9,24	12,58
	Гарнир		Картофель жарен	100	11-94	13	3,09	4,85	14,14
	Сладкое		Кисель клубнич	100	4-36	92,4	0,08	0,07	22,82
	Хлеб бел.		Маггесевский	40	3-26	69,3	2,28	0,27	14,07
	Хлеб черн.		Магго-магго	40	3-26	81	2,55	0,92	16,06
				120	16-53	21,8	0,2	0,19	9,4
				76-34					