



МЕНЮ
на вторник 27.04.2021 г.
МОБУ СОШ № 13 г. Белорецк

№ рец.	Наименование	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, кал.
			Белки	Жиры	Углеводы	
Дети 7-11 лет						
Завтрак						
181	Каша рисовая молочная вязкая	180/5	4,56	6,33	32,19	204,42
*357	Напиток клюквенный	200	0	0	12,00	128,00
*2	Булочка сдобная	50	3,2	0,4	22	104
476,01	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого: 57,43		535	9,5	9,93	70,69	498,42
ММС 11-17 лет						
Завтрак						
181	Каша рисовая молочная вязкая	180/5	4,56	6,33	32,19	204,42
*357	Напиток клюквенный	200	0	0	12,00	128,00
*2	Булочка сдобная	50	3,2	0,4	22	104
476,01	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого: 55,00		535	9,5	9,93	70,69	498,42
ИНВАЛИДЫ и ОВЗ 7-11 лет						
Завтрак						
302,00	Каша «Артек» молочная вязкая	180/5	7,2	7,2	36,80	242,0
1,00	Сыр (порциями)	15	3,95	3,99	0	52,5
*357	Чай с сахаром	200	0	0	12,00	128,0

420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118
476,01	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого: 45,00		535	9,5	14,79	77,90	602,0
Обед						
37	Салат «Студенческий»	60	0,5	2,3	4,8	41
53,39	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63
371,00	Рыба припущенная	45/45	5,3	6,60	3,90	98,0
138,05	Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04
283	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9
420,02	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13	63
1,10	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	71
Итого: 55,00		725	14,40	18,66	76,16	533,07
<p align="center">Родительская плата</p> <p align="center">Дети 12-18 лет</p>						
14-00	Рис отварной	200	6,8	12,1	42	302,6
33-00	Филе грудки припущ. в мол. соусе	50/50	3,4	2,7	14	221
16-00	Сок	200	0,*9	0	33,4	110,3
2-00	Хлеб	40	2,72	0,48	3,31	92,4
65-00	Всего:		19,5	19,8	83,5	782,4



