УТВЕРЖДАЮ
Руководитель ООО "ВСК"
Белова Ю.С.
дата _____

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ СОШ № 13
_____
дата 30 января 2026 г.

меню

30 января 2026 г.

Неделя 1 день 5

Возрастная категория 12 лет и старше

№ п.	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	ЗАВТРАК						
1.	Зеленый горошек консервированный	100	31,00 ₽	5,67	4,17	12,83	111,5
2.	Рыба, тушенная с овощами	140	75,00 ₽	13,70	1,97	5,74	103,00
3.	Пюре картофельное	180	41,00 ₽	4,86	7,20	10,44	126,00
4.	Чай черный с сахаром	200	10,00 ₽	0,07	0,02	15,00	60,46
5.	Хлеб пшеничный	40	2,50 ₽	2,38	0,29	16,86	89,3
6.	Хлеб ржаной	45	3,20 ₽	2,52	0,504	20,43	90,94
	Итого:	**705**	**162,70р.**	**29,20**	**14,15**	**81,31**	**581,19**
	ОБЕД						
1.	Овощи натуральные соленые (помидор соленый)	100	26,00 ₽	1,12	0,10	3,50	20,00
2.	Щи из квашенной капусты с картофелем	250	34,00 ₽	1,69	5,36	8,70	89,75
3.	Рагу из птицы	230	56,00 ₽	16,51	15,40	19,98	284,57
4.	Сок фруктовый	200	15,00 ₽	1,00	0,00	20,20	84,80
5.	Хлеб пшеничный	60	3,00 ₽	3,58	0,43	25,30	133,94
6.	Хлеб ржаной	40	3,00 ₽	2,24	0,45	18,16	80,83
7.	Пирог "Южный"	100	25,00 ₽	6,80	6,83	39,23	185,50
	Итого:	**980**	**162,00 ₽**	**32,93**	**28,57**	**135,06**	**879,40**