

Согласовано  
Директор МБОУ-СОШ № 7  
муниципального  
образования Калининский  
район  
Бабенко Н.В.

Утверждаю

Организатор питания

Решитько С.А.

МЕНЮ на 05 марта 2024г.  
неделя 1

день 4

Категория школьников

7-11 лет

| ЗАВТРАК                     |                   |                               |                  |               |              |                 |
|-----------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------|---------------|--------------|-----------------|
| наименование блюда          | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества |               |              | стоимость, руб. |
|                             |                   |                               | белки            | жиры          | углеводы     |                 |
| Салат из моркови с яблоками | 80                | 31,92                         | 0,84             | 0,136         | 6,81         | 8,72            |
| Жаркое по-домашнему         | 175               | 383                           | 12,3             | 29,5          | 16,58        | 83,65           |
| Компот их сухофруктов       | 200               | 81                            | 0,5              | 0             | 19,8         | 4,74            |
| Фрукты свежие (яблоко)      | 110               | 51,7                          | 0,44             | 0,44          | 10,78        | 9,8             |
| Хлеб пшеничный              | 35                | 81,83                         | 2,76             | 0,35          | 16,9         | 2,58            |
| Хлеб ржано-пшеничный        | 20                | 45,98                         | 1,12             | 0,22          | 9,88         | 2,07            |
|                             |                   |                               |                  |               |              |                 |
| <b>ИТОГО прием пищи</b>     | <b>620</b>        | <b>675,43</b>                 | <b>17,96</b>     | <b>30,646</b> | <b>80,75</b> | <b>111,56</b>   |

| ОБЕД  |                   |                               |                  |              |               |                 |
|---|-------------------|-------------------------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|
| наименование блюда                          | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества |              |               | стоимость, руб. |
|   |                   |                               | белки            | жиры         | углеводы      |                 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями    | 200               | 94,6                          | 2,15             | 2,27         | 13,96         | 6,86            |
| Салат овощной с яблоками                    | 60                | 21,06                         | 0,7              | 0,11         | 4,32          | 7,6             |
| Котлеты рубленые из птицы с молочным соусом | 70/30             | 215,96                        | 12,12            | 12,56        | 13,52         | 35,82           |
| Каша вязкая пшеничная                       | 150               | 152,4                         | 4                | 4,24         | 24,55         | 10,58           |
| Кофейный напиток с молоком                  | 200               | 100,6                         | 3,16             | 2,67         | 15,94         | 14              |
| Хлеб пшеничный                              | 35                | 81,83                         | 2,76             | 0,35         | 16,9          | 2,58            |
| Хлеб ржано-пшеничный                        | 40                | 91,96                         | 2,24             | 0,44         | 19,76         | 4,14            |
|   |                   |                               |                  |              |               |                 |
| <b>ИТОГО прием пищи</b>                     | <b>785</b>        | <b>758,41</b>                 | <b>27,13</b>     | <b>22,64</b> | <b>108,95</b> | <b>81,58</b>    |

Повар

Иванова И.И.