

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 7

Бабенко Н.В.

Утверждаю

Организатор питания

Решитько С.А.

МЕНЮ на 09 сентября 2024 г.
неделя 2

день 6

Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Бифштекс рубленый	70	206,03	13,59	16,7	0,31	80,69
Картофель отварной	150	128,35	0,28	4,32	23,01	16,11
Помидоры свежие	60	13,2	0,66	0,12	2,28	8,56
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
Сок фруктовый яблочный	200	84,8	1	0	20,2	13,52
ИТОГО прием пищи	535	560,19	19,41	21,71	72,58	123,53

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Суп с клецками	200	115,4	2,84	3,67	15,03	11,19
Салат из свеклы отварной	60	45,6	0,8	2,7	4,6	4,6
Каша вязкая ячневая	150/10	209,7	3,65	5,37	36,68	10,16
Рыба тушеная в томате с овощами	110	112,2	12,9	4	6,1	32,82
Кисель плодово-ягодный вит.	200	92	0	0	23	23,6
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
Фрукты свежие(яблоко)	130	61,1	0,52	0,52	12,74	11,59
ИТОГО прием пищи	915	763,81	24,59	16,83	124,93	98,61

Повар

Лариса Ланченко