

Согласовано

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

Утверждаю

Организатор питания

Решитько С.А.

МЕНЮ на 11 марта 2024г.
неделя 2

день 7

Категория школьников

с 12 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Омлет натуральный	155	231,04	10,63	17,48	2,79	39,43
Морковь тушенная с яблоками	100	78,1	1,18	3,63	10,06	11,87
Фрукты свежие (яблоко)	110	51,7	0,44	0,44	10,78	11,59
Масло сливочное	10	66	0,08	7,25	0,13	8,16
Кофейный напиток	200	86	3,8	2,9	11,3	14
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
ИТОГО прием пищи	630	640,65	20,01	32,27	61,84	89,7

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Щи из свежей капусты со сметаной	250	100,9	2,02	6,15	6,6	6,13
Салат овощной с яблоками	100	35,1	1,17	0,18	7,2	12,66
Рагу из птицы	230	285,2	16,51	15,41	19,98	28,4
Хлеб пшеничный	70	163,66	5,52	0,7	33,8	5,16
Сок фруктовый яблочный	200	84,8	1	0	20,2	13,52
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,14
Кондитерское изделие (печенье)	25	94,5	2,07	0,98	19,26	5,03
ИТОГО прием пищи	915	856,12	30,53	23,86	126,8	75,04

Повар

Иштова Ю.Б.