

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 7

Бабенко Н.В.

Утверждаю

Организатор питания

Решицько С.А.



МЕНЮ на 12 апреля 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                        | 10,59            | 16,7         | 0,31         | 80,69           |
| Картофель отварной      | 150               | 131,35                        | 2,86             | 4,32         | 23,01        | 16,11           |
| Пюре из моркови         | 60                | 34,8                          | 0,9              | 2,6          | 3,94         | 7,68            |
| 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           |
| <b>ИТОГО прием пищи</b> | <b>535</b>        | <b>584,79</b>                 | <b>19,23</b>     | <b>24,19</b> | <b>74,24</b> | <b>122,65</b>   |

**ОБЕД**

| наименование блюда              | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества |              |               | стоимость, руб. |
|---------------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                                 |                   |                               | белки            | жиры         | углеводы      |                 |
| Суп с клецками                  | 200/50            | 183                           | 4,89             | 5,54         | 24,04         | 11,19           |
| Салат из свеклы отварной        | 60                | 45,6                          | 0,8              | 2,7          | 4,6           | 4,6             |
| Каша вязкая ячневая             | 150               | 143,25                        | 3,24             | 4,23         | 20,82         | 10,16           |
| Рыба тушеная в томате с овощами | 110               | 115,5                         | 10,72            | 5,44         | 5,7           | 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            |
| <b>ИТОГО прием пищи</b>         | <b>825</b>        | <b>707,16</b>                 | <b>23,53</b>     | <b>18,48</b> | <b>104,94</b> | <b>87,02</b>    |

Повар

Шигова И.О.