

Согласовано

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

Утверждаю

Организатор питания

Решитько С.А.

МЕНЮ на 15 марта 2024г.
неделя 1

день 1

Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Плов из птицы	150	229	12,71	7,85	26,8	34,36
Напиток витаминизированный	200	92	0	0	23	23,52
Салат из белокочанной капусты	100	60,4	1,3	3,25	6,47	7,47
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	505	509,21	17,89	11,67	83,05	70

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Рассольник Ленинградский	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,05
Салат из моркови с сахаром	60	49,02	0,73	0,05	6,88	12,23
Омлет с сыром	150	316	19	25,4	3	44,4
Компот из сухофруктов	200	81	0,5	0	19,8	4,74
Фрукты свежие (яблоко)	150	70,5	0,6	0,6	14,7	15,8
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
ИТОГО прием пищи	835	776,11	27,44	30,91	90,62	92,94

Повар

Шихова Ю.Б.