

Согласовано

Директор МБОУ СОШ №7

Бабенко Н.В.

Утверждаю

Организатор питания

Решитько С.А.

МЕНЮ на 15 апреля 2024г.

неделя 2

день 7

Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК

| наименование блюда | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества | | | стоимость, руб. |
|-----------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------|--------------|--------------|-----------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | |
| Омлет натуральный | 155 | 231,04 | 10,63 | 7,48 | 2,79 | 39,43 |
| Морковь тушенная с яблоками | 80 | 62,48 | 0,94 | 2,9 | 8,05 | 7,97 |
| 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 | 610 | 625,03 | 19,77 | 21,54 | 59,83 | 85,8 |

ОБЕД

| наименование блюда | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества | | | стоимость, руб. |
|----------------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------|--------------|--------------|-----------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | |
| Салат овощной с яблоками | 60 | 21,06 | 0,7 | 0,11 | 4,32 | 7,6 |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 72,08 | 1,62 | 4,92 | 5,28 | 5,91 |
| Рагу из птицы | 175 | 217 | 12,56 | 11,72 | 15,2 | 17,02 |
| 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 | 20 | 45,98 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 2,07 |
| Кондитерское изделие (печенье) | 30 | 113,4 | 2,49 | 1,18 | 23,12 | 6,03 |
| ИТОГО прием пищи | 755 | 717,98 | 25,01 | 18,85 | 111,8 | 57,31 |

Повар

Иштова Ю.В.