

Согласовано

Утверждаю

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

Организатор питания



МЕНЮ на 18 сентября 2024г.
неделя 1

день 3

Категория школьников

с 12 лет

ЗАВТРАК

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Каша жидкая молочная из манной крупы	210	231	6,11	10,72	32,38	17,25
Сыр Российский	10	36	2,32	2,95	0	9,57
Чай с молоком	200	50,9	1,6	1,1	8,7	3,87
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,22
Йогурт	180	153	4,5	2,16	28,8	85,15
Хлеб пшеничный	70	163,66	5,52	0,7	33,8	5,52
ИТОГО прием пищи	690	680,54	21,17	17,85	113,56	123,58

ОБЕД

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Свекольник	250	107,22	5,75	3,3	13,5	12
Салат из отварной свеклы	100	76	3	4,5	7,67	8,44
Мясо тушенное	110	315	16,2	18,38	2,76	47,16
Макароны отварные	160/5	282,06	11,28	12,07	31,97	12,5
Сок фруктовый	200	62,4	1	0	14,6	20,7
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,44
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	5,52
ИТОГО прием пищи	945	1016,47	42,23	39,04	107,16	110,76

Повар

Тарасов - Жанченко