

Согласовано

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

Утверждаю

Организатор питания



МЕНЮ на 19 марта 2024г.
неделя 1

день 3

Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Каша жидкая молочная из манной крупы	150	188,24	4,58	8,03	24,28	13,48
Сыр Российский	10	36	2,32	2,95	0	8,94
Чай с молоком	200	50,9	1,6	1,1	8,7	3,62
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Йогурт	150	127,5	3,75	1,8	24	61,18
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
ИТОГО прием пищи	565	530,45	16,13	14,45	83,76	91,87

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Свекольник	200	85,78	4,6	2,64	10,86	10,37
Салат из отварной свеклы	60	45,6	1,8	2,7	4,6	4,6
Печень по-строгановски со сметанным соусом	65/50	227,37	17	13,72	3,52	38,98
Макароны отварные	150	195,72	5,46	5,79	30,42	10,46
Сок фруктовый	200	62,4	1	0	14,6	17,78
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
Фрукты свежие (яблоко)	130	61,1	0,52	0,52	12,74	11,59
ИТОГО прием пищи	910	805,78	34,26	25,94	103,52	98,43

Повар