

Утверждаю

Согласовано  
Директор МБОУ-СОШ № 7  
муниципального  
образования Калининский

Организатор питания



МЕНЮ на 19 сентября 2024 г.  
неделя 1

день 4

Категория школьников

с 12 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Салат из моркови с яблоками	100	39,9	1,25	0,17	8,51	12,64
Жаркое по-домашнему	200	437,72	14,06	33,72	18,94	109,3
Компот их сухофруктов	200	81	0,5	0	19,8	5,07
Фрукты свежие (яблоко)	130	61,1	0,52	0,52	12,74	12,41
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,76
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,22
<b>ИТОГО прием пищи</b>	<b>685</b>	<b>747,53</b>	<b>20,21</b>	<b>34,98</b>	<b>86,77</b>	<b>144,4</b>

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	118,25	2,7	2,85	17,45	7,82
Огурцы свежие	100	12	0,7	0,1	1,9	14,91
Котлеты рубленые из птицы с молочным соусом	95/30	281,96	11,33	15,42	18,34	42,75
Каша вязкая пшеничная	180	265,5	9,95	10,74	44,83	13,22
Кофейный напиток с молоком	200	100,6	3,16	2,67	15,94	16,3
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,76
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,44
<b>ИТОГО прием пищи</b>	<b>930</b>	<b>952,1</b>	<b>32,84</b>	<b>32,57</b>	<b>135,12</b>	<b>102,2</b>

Повар

Татьяна Гангено