

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 7
муниципального
образования Калининский
район



Бабенко Н.В.

МЕНЮ на 20 сентября 2024г.
неделя 1

Утверждаю

Организатор питания



Решитько С.А.

Светлана
Александровна

Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Рыба тушеная с томатом и овощами	110	142,2	12,9	4	6,1	50,73
Каша гречневая	160	220	8,85	6,55	39,86	19,97
Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	1,66
Масло сливочное	10	66	0,08	7,25	0,13	9
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
ИТОГО прием пищи	525	582,81	25,91	18,37	79,37	86,34

ОБЕД

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,94	8,74	13,45
Помидоры свежие	60	13,2	0,66	0,12	2,28	9,96
Плов	150	408	12,62	28,17	25,89	47,38
Сок фруктовый (яблочный) в инд. упаковке	200	92	0,92	0,2	20,2	32,03
Молоко кипяченое	200	108	5,8	5	9,6	23,31
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	2,76
ИТОГО прием пищи	885	877,99	26,44	38,22	103,37	133,33

Повар

Татьяна - Танченко