

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

Утверждаю

Организатор питания

Решитько С.А.

МЕНЮ на 21 марта 2024г.

неделя 1

день 5

Категория школьников

с 12 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Шницель рыбный натуральный с мол.соус	130	203,59	2,16	10,86	11,72	49,51
Капуста тушеная	150	136,2	4,44	5,27	17,51	10,45
Компот из свежих яблок	200	41,5	0,15	0,14	9,93	1,55
Сыр Российский	10	36	2,32	2,95	0	8,94
Масло сливочное	10	66	0,08	7,25	0,13	8,16
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,14
ИТОГО прием пищи	575	657,08	14,15	27,26	75,95	85,33

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Борщ с капустой и картофелем	250	103,75	1,8	4,92	10,92	12,6
Салат из моркови с изюмом	100	96,3	1,25	0,12	22,27	16,9
Плов	180	439,6	16,82	25,56	34,52	42,7
Сок фруктовый (яблочный) в инд. упаковке	200	92	0,92	0,2	20,2	27,52
Молоко кипяченое	200	107	5,8	5	9,6	20,03
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,14
Хлеб пшеничный	70	163,66	5,52	0,7	33,8	5,16
ИТОГО прием пищи	1040	1094,27	34,35	36,94	151,07	129,05

Повар

Ю.И.

Шихова Ю.И.