

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

Утверждаю

Организатор питания

Решитко С.А.

МЕНЮ на 22 марта 2024г.
неделя 2

день 6

Категория школьников

с 12 лет

ЗАВТРАК

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Бифштекс рубленый	70	206,03	13,59	16,7	0,31	80,69
Картофель отварной	150	131,35	2,86	4,32	23,01	16,11
Пюре из моркови	100	58	1,5	4,33	6,56	12,8
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Сок фруктовый яблочный	200	84,8	1	0	20,2	13,52
ИТОГО прием пищи	575	607,99	22,83	25,92	76,86	127,77

ОБЕД

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Суп с клецками	250	183	4,89	5,54	24,04	12,05
Салат из свеклы отварной	100	76	1,33	4,5	7,67	7,66
Каша вязкая ячневая	180	171,9	3,88	5,07	24,98	10,4
Рыба тушеная в томате с овощами	120	126	11,7	5,94	6,21	36,2
Кисель плодово-ягодный вит.	200	92	0	0	23	23,6
Хлеб пшеничный	70	163,66	5,52	0,7	33,8	2,58
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Фрукты свежие (яблоко)	130	61,1	0,52	0,52	12,74	11,59
ИТОГО прием пищи	1070	919,64	28,96	22,49	142,32	106,15

Повар

Иванов

Шилова Ю.Б.