

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 7
Бабенко Н.В.

Утверждаю
Организатор питания
Решитько С.А.

МЕНЮ на 22 марта 2024 г.
неделя 2

день 6

Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Бифштекс рубленый	70	206,03	10,59	16,7	0,31	80,69
Картофель отварной	150	131,35	2,86	4,32	23,01	16,11
Пюре из моркови	60	34,8	0,9	2,6	3,94	7,68
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	535	584,79	19,23	24,19	74,24	122,65

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Суп с клецками	200/50	183	4,89	5,54	24,04	11,19
Салат из свеклы отварной	60	45,6	0,8	2,7	4,6	4,6
Каша вязкая ячневая	150	143,25	3,24	4,23	20,82	10,16
Рыба тушеная в томате с овощами	110	115,5	10,72	5,44	5,7	32,82
Кисель плодово-ягодный вит.	200	92	0	0	23	23,6
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
ИТОГО прием пищи	825	707,16	23,53	18,48	104,94	87,02

Повар

Шитова Ю.И.