

Утверждаю

Директор школы № 7



МЕНЮ

первый день

на "16" 10 2023 г.

		7-11 лет, в т.ч. для детей с ОВЗ и детей инвалидов						
		Выход	Цена	Б	Ж	У	Ккал	
ЗАВТРАК	1	Сырники из творога со сгущенным молоком (150/25)	175	62,84	29,40	8,60	31,00	319,10
	2	Какао на молоке	200	20,12	4,60	3,60	12,60	100,40
	3	Кондитерское изделие (печенье)	25	5,15	2,05	3,87	16,62	110,0
	4	Фрукты свежие (яблоко)	120	12,44	0,50	0,50	11,80	53,30
Итого		520	100,55	36,55	16,57	72,02	582,8	
		Выход	Цена	Б	Ж	У	Ккал	
ОБЕД	1	Огурец нарезка	60	6,15	0,50	0,10	1,50	8,5
	2	Борщ	200	15,47	1,7	4,26	9,68	90,2
	3	Биточки мясные	90	61,84	16,43	15,71	14,70	265,5
	4	Макаронные изделия отварные	150	10,03	5,4	4,90	32,80	196,8
	5	Компот из сухофруктов	200	3,79	0,50	0	19,80	81,0
	6	Хлеб пшеничный	50	4,20	3,83	0,41	24,58	117,16
	7	Хлеб ржано-пшеничный	45	4,32	3,46	0,63	16,96	90,45
Итого		795	101,48	31,82	26,01	120,02	849,65	
Итого за день		1315	202,03	68,37	42,58	192,04	1432,45	

		12 лет и старше, в т.ч. для детей с ОВЗ и детей инвалидов						
		Выход	Цена	Б	Ж	У	Ккал	
ЗАВТРАК	1	Сырники из творога со сгущенным молоком (200/25)	225	65,21	37,80	11,06	39,86	410,27
	2	Какао на молоке	200	20,12	4,60	3,60	12,60	100,40
	3	Кондитерское изделие (печенье)	30	8,58	2,46	4,64	19,94	132,00
	4	Фрукты свежие (яблоко)	120	12,44	0,50	0,50	11,80	53,30
	5							
Итого		575	106,35	45,36	19,80	84,20	696,0	
		Выход	Цена	Б	Ж	У	Ккал	
ОБЕД	1	Огурец нарезка	100	8,25	0,83	0,17	2,50	14,17
	2	Борщ	250	17,35	2,13	5,33	12,10	112,80
	3	Биточки мясные	100	63,09	18,26	17,46	16,33	295,00
	4	Макаронные изделия отварные	180	12,04	6,48	5,88	39,36	236,16
	5	Компот из сухофруктов	200	3,79	0,50	0,00	19,80	81,00
	6	Хлеб пшеничный	65	4,46	4,98	0,53	31,95	152,31
	7	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,80	3,84	0,70	18,84	100,50
Итого		945	112,78	37,02	30,07	140,88	991,9	
Итого за день		1520	219,13	82,38	49,87	225,08	1687,91	

Шеф повар

Иванова ИС