

УТВЕРЖДАЮ



Примерное 12 дневное меню учащихся 1-4 классов МКОУ СОШ № 7 г. Кизляр

(для обучающихся в первую смену) с

10.11.2022 по 23.11.2022 года

Возрастная категория 7-11 лет

Горячие завтраки за ноябрь 2022 г

[illegible]

Запеканка из творога с молоком стужен	150/20	11,62	9,94 5	23,03	153К	-	0,262	-	169,96	-	8,21	0,46	56,30р.
Чай с молоком	200	3,52	3,72	25,49	143,2К	0,04	0,01	1,3	122	90	14	3,52	5,31р.
Итого													61,61р.
14.11..2022 г.													
Понедельник													
Макароны с сыром	150	6,09	8,62	38,64	243,75К	-	-	1,15	14,7	22,15	1,42	1,2	16,69р
Яйцо варен	40	3,52	3,72	25,49	143,2К	0,04	0,01	1,3	122	90	14	0,56	7,56р.
Чай с молоком стужен	200	1,6	1,6	10,-2	61,8К	0,012	9,4	0,36	72,34	54,4	15,86	1.516	10,56р..
хлеб	60	5,37	2,25	21,75	137	0,075	-	0,002	0,06	-	-	2,66	2,66р.
яблоко	188	0,8	0,8	20	94							14,05	16,64р.
ИТОГО													61,61 руб
5-день 15.11.2022													
Вторник													
Салат витамин	60	1,4	0,1	3,5	85,7	0,2	2,34	45	-	45,43	-	78,1	5,67р
Плов из курицы	70/120	21,25	25,3 8	44,61	471,25	0,08	1,26	60	56,38	59,38	249,13	-	36,77р

[illegible]

[illegible]

[illegible]

