

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

« 11 » октября 2022г.

№	Наименование блюда	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	салат мясной	188	200	17-89
	картофель	225	20	15-13
	салат "Оливье"	36,4	10	6-69
	картофель	145	200	12-08
	печенье	150	30	5-40
	греческий	63,25	180	18-25
	хлеб	137	50	2-25
	Итого:	944,65		45-69

Ст. повар

Ответственный

за питание:



МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

« 11 » октября 2022г.

№	Наименование блюда	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	суп рассольный	162	200	11-05
	салат греческий	243	150	7-23
	ветчина	229	80	10-70
	пюре картофельное	128	60	5-25
	сок яблочный	76	200	12-80
	хлеб	137	60	2-70
	греческий	63,25	177	15-96
	Итого:	960,45		45-69

Ст. повар

Ответственный

за питание:



Школа ГМКОУ СОШ № 7

Отд./корп

День 11.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо гор. напиток хлеб		каша рисовая молочн	200	17,89	188	3	4	35
			какао с молоком	200	12,08	145	4	4	25
			белый пшеничн	50	2,25	137	5	2	22
			масло сливочное	20	15,13				
			сыр гауда	10	6,69	36	2	3	0
Завтрак 2	фрукты		груша	180	16,25				
			печкнье	30	5,40				
Обед	закуска		помидолр свеж	60	5,25				
	1 блюдо		суп рассольник на к/б	200	11,05	162	6	3	25
	2 блюдо		биточки курин	80	20,70	241	16	19	5
	гарнир		каша гречневая	150	7,23	243	6	9	39
	сладкое		сок яблочный	200	12,80				
	хлеб бел.		белый пшеничн	60	2,70	164	3	7	26
	хлеб черн.								
			груши	177	15,98				