

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

«12» октября 2022г.

№	Наименование блюда	Энергетическая ценность	Выход продукта гр	Цена
	суп. св.кар.	15	60	4,20
	котл. кур.	228,75	100	25,88
	макар. соб.	502,01	150	12,40
	сок яблоч.	76	200	12,80
	хлеб	164,4	60	2,70
	груши	120,1	196	17,79
	Итого:	1106,16		75,69.

Ст. повар.
Ответственный
за питание

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

«12» октября 2022г.

№	Наименование блюда	Энергетическая ценность	Выход продукта гр	Цена
	суп. св.кар.	15	60	4,20
	суп. гор.кар.	161,6	200	8,10
	макар. соб.	502,01	150	12,40
	котл. кур.м.	220,15	86	24,76
	чай с ма.с.	61,8	200	9,42
	хлеб	164,4	60	2,70
	бананы	180	180	14,11
	Итого:	1204,96.		75,69.

Ст. повар.
Ответственный
за питание

Школа

МКОУ СОШ № 7

Отд./корп

День

12.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		котлеты курин	100	26,00	471	21	25	45
	гор.напиток		сок яблочн	200	12,80	57	1	6	8
	хлеб		бел пшеничн	60	2,70	137	5	2	22
			макароны с овощами	150	12,40	520	16		
Завтрак 2	фрукты		груша	196	17,71				
			огур св нарез	60	4,20				
Обед	закуска		огур св нарезн	60	4,20				
	1 блюдо		суп горохов на к/б	200	8,10	95	4	2	12
	2 блюдо		котлеты из куриц	86	24,76	471	21	25	45
	гарнир		макароны отварн	150	12,40	504	14	13	87
	сладкое		чай с молоко сгущ	200	9,42	28		0	14
	хлеб бел.		бел пшеничн	60	2,70	137	5	2	22
	хлеб черн.								
			бананы	180	14,11				