

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

«25» ноября 2022г.

№	Наименование блюد	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	каша рисов	188	200	18-32
	сорт "каша"	36	15	10-04
	м/сметане	125	20	15-13
	хлеб	164	60	2-66
	салат с	145	200	12-08
	сметаной	56	197	17-46
	Итого:	714 ккал		

Ст. повар

Ответственный

за питание



МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

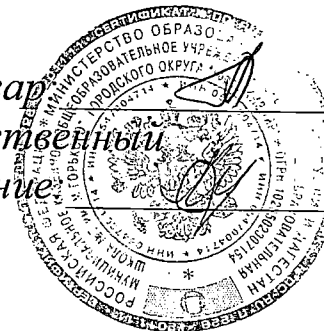
«25» ноября 2022г.

№	Наименование блюд	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	салат витамин	52	60	5-67
	суп рисовый с/б	161	200	4-23
	котлеты из гов	241	80	49-53
	каша греч	243	150	4-40
	хлеб	164	60	2-66
	чай с лимоном	23	200/4	2-90
	Итого:	884 ккал		45-69

Ст. повар

Ответственный

за питание



ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА ГОР. УЧРЕЖДЕНИЕ «СШ № 7» СОШ № 7		
п/п	Раздел	№ ре
1	гор. блюдо	0-00
2	гор. напиток	0-00
3	хлеб	0-00

Отд./корп

День

25.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		гор. блюдо	каша рисовая молочн	200	18,32	188	3	4	35
		гор. напиток	какао с молоком	200	11,98	145	4	4	25
		Хлеб	белый пшеничн	60	2,66	137	5	2	22
			масло сливочное	20	15,13	125	4	1	145
			сыр гауда	15	10,04	36	2	3	0
Завтрак 2		фрукты	яблоко	197	17,46	56			
Обед		закуска	салат витамин	60	5,67	52	3	2	21
		1 блюдо	суп рисов на к.б	200	7,23	162	6	3	25
		2 блюдо	котлета из говядины	80	49,53	241	16	19	5
		гарнир	каша гречневая	150	7,70	243	6	9	39
		сладкое	чай с лимоном	200/ 7	2,90	23			12
		хлеб бел.	белый пшеничн	60	2,66	164	3	7	26
		хлеб черн.							