

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

« 5 » декабря 2022г.

№	Наименование блюдов	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	молочный	504,76	150	8-14
	бисквит	246,25	120	30-42
	яблоко	62,8	40	8-00
	клубника	137	50	2-22
	молоко	64,8	200	10-56
	яблоко	92	218	18-25
	Итого:			45-69

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

« 5 » декабря 2022г.

№	Наименование блюдов	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	суп ^{к/б} рассольный	95,2	200	12-48
	молочный	504,76	150	8-14
	бисквит	246,25	120	30-42
	клубника	16,4	80	2-66
	молоко	94,2	200	4-21
	яблоко	85,7	80	5-70
	яблоко	63	150	11-28
	Итого:			45-69

Ст. повара
Ответственный
за питание



Ст. повара
Ответственный
за питание





Школа **МКОУ СОШ № 7** Отд./корп День **05.12.2022**

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1	биточки курин	120	30,42	276	3	4	35
	2	чай с молоком сгущен	200	10,56	143	4	4	25
	3	пшеничн белый	50	2,22	137	5	2	26
	4	макароны отварн	150	8,14	505	4	1	65
	5	яйцо куриное	40	8,00	63			
Завтрак 2	6	фрукты	218	16,35	92			
	7							
	8							
Обед	9	закуска	60	5,70	86	3	2	12
	10	1 блюдо	200	12,78	95	6	3	25
	11	2 блюдо	120	30,42	276	16	19	5
	12	гарнир	150	8,14	505	4	1	45
	13	сладкое	200	4,71	94	4	4	25
	14	хлеб бел.	60	2,66	164	5	2	26
	15	хлеб черн.						
	16	яблоко	150	11,28	63			
	17							