

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

« 30 » декабря 2022г.

№	Наименование блюда	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	бедро курицы	221,3	100	45-91
	салат "чечнев"	243,75	150	7-70
	салат "Оливия"	364	20	12-65
	хлеб	164	60	2-66
	салат с мясом	145,2	200	12-08
	Итого:			81-00

Ст. повар
Ответственный
за питание:



МЕНЮ

комплексного обеда

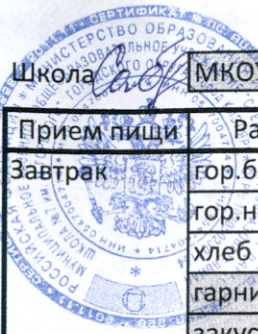
МКОУ СОШ №7

« 30 » декабря 2022г.

№	Наименование блюда	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	суп с макаронами	89	200	4-84
	бедро курицы	221,3	90	31-87
	салат "чечнев"	243,75	150	7-70
	чай с лимоном	69,8	200	8-92
	хлеб	164	60	2-66
	мандарины	89,1	201	22-11
	Итого:			81-00

Ст. повар
Ответственный
за питание:





Школа МКОУ СОШ № 7

Отд./корп

День 30.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		бедро курин	120	45,91	221	18	22	35
	гор.напиток		какао с молок	200	12,08	145	4	4	25
	хлеб		белый пшеничн	60	2,66	164	5	2	22
	гарнир		каша гречнев	150	7,70	244	14	13	87
	закуска		сыр Гауда	20	12,65	36	3	3	24
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп с макар на к.б	200	7,74	89	2	1	15
	2 блюдо		бедро курин	90	31,87	221	18	22	35
	гарнир		каша гречнев	150	7,70	244	14	13	87
	сладкое								
	хлеб бел.		белый пшеничн	60	2,66	164	5	2	22
	хлеб черн.								
	гор.напиток		чай с молок сгущ	200	8,92	62	2	2	10
	фрукты		мандарин	201	22,11	89			