

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

«14» сентя 2024г.

№	Наименование блюдо	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	сушен. грибы	192	90/30	45,63
	дрож. ст. м. сыр	160	140	14,42
	сок лимонный	41	20	1,03
	сок натур. фр. яблоч.	82	30	1,46
	сметан. крем.	166	150	10,39
	белое мясо, капса мшк.	120	20	4,67
	салат салат.	24	20	4,66
	Итого:			85 руб.



Ст. повар

Ответственный

за питание

МЕНЮ

комплексного обеда

МКОУ СОШ №7

«14» сентя 2024г.

№	Наименование блюдо	Энергетическая ценность	Выход	Цена
	куриц. консерв. с салат.	214	50	17,45
	суп гороховый, на к. б. с картоф.	145	250	11,77
	мол. с курица с салат.	118	90/110	48,92
	белое мясо, салат	82	30	1,46
	сметан. крем, картофель	52	20	1,03
	ку. с. с. суп.	80	200	4,63
	Итого:			85 руб.



Ст. повар

Ответственный

за питание



Школа

Отд./корп

№ 7

14.05.2024

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо		КУРИЦА ЗАПЕЧЕН В ДУХ С ТОМ СОУС	90/ 30	45,63	192	8	16	16	
			СРК НАТУРАЛЬНЫЙ ФРУКТОВЫЙ	170	17,42	120	1	1	25	
			СЕРЫЙ РЖАНОЙ	20	1,03	41	2		10	
			БЕЛЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,46	82	2		19	
			КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,39	166	14	13	34	
			гарнир							
Завтрак 2	фрукты		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	20	4,67	120	2	2	36	
			САЛАТ ВИТАМИН(КАПУСТА И ГОРОШЕК)	60	4,66	24	2	2	12	
			КУКУРУЗА КОНСЕРВИР СЛАДКАЯ	50	17,45	24	2	2	12	
			СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ НА К,Б С КАРТОФ	250	11,77	145	8	2	28	
Обед	фрукты		ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	90/ 110	48,92	218	8	16	16	
			гарнир							
			сладкое							
			хлеб бел.	30	1,46	82	2		19	
			хлеб черн.	20	1,03	52	2		10	
			напиток	200	4,63	80	2	2	24	
			фрукты							
			Компот из сухофруктов							
			Сладкое							
			Хлеб пшеничный							