



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СШ № 7»

Л.А.Арапова

**МЕНЮ**  
**на 21 марта 2025 г.**

(примерный день № 5)

| Прием пищи                 | Наименование блюда                          | Вес блюда | Калорийность<br>блюда |
|----------------------------|---------------------------------------------|-----------|-----------------------|
| Завтрак<br>1-4 классов     | Салат витаминный                            | 60        | 193,0                 |
|                            | Биточки особые                              | 50        | 163,0                 |
|                            | Макароны отварные                           | 150       | 168,45                |
|                            | Соус красный                                | 25        | 47,34                 |
|                            | Чай с сахаром                               | 200       | 28,0                  |
|                            | Хлеб ржаной                                 | 30        | 60,3                  |
|                            | Йогурт фруктовый                            | 125       | 69,0                  |
| Завтрак<br>5-11<br>классов | Биточки особые                              | 50        | 163                   |
|                            | Макароны отварные                           | 150       | 168,45                |
|                            | Соус красный                                | 25        | 47,34                 |
|                            | Кофейный напиток                            | 200       | 100,6                 |
|                            | Хлеб ржаной                                 | 20        | 60,3                  |
|                            | Хлеб пшеничный                              | 30        | 78,6                  |
| Обед<br>1-11 классов       | Огурцы соленые                              | 60        | 14,0                  |
|                            | Борщ с мясом                                | 220       | 83,0                  |
|                            | Курица, тушеная в сметанном соусе с томатом | 90        | 162,0                 |
|                            | Рис отварной                                | 150       | 209,7                 |
|                            | Чай с сахаром                               | 200       | 280                   |
|                            | Хлеб ржаной                                 | 20        | 60,3                  |
|                            | Хлеб пшеничный                              | 30        | 78,6                  |