



УТВЕРЖДАЮ»
Директора МБОУ «СШ № 7»

Л.А.Арапова

МЕНЮ
на 6 декабря 2024 г.

(примерный день № 5)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Калорийность блюда |
|-------------------------|--|-----------|-----------------------|
| Завтрак 1-4 классов | огурец свежий | 40 | 39,96 |
| | Биточки особые | 60 | 163 |
| | Макароны отварные | 150 | 168,45 |
| | Чай с сахаром | 200 | 28,0 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 78,6 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 60,3 |
| | Йогурт фруктовый | 125 | 69,0 |
| Завтрак 5-11 классов | Биточки особые | 50 | 163 |
| | Макароны отварные | 150 | 190,33 |
| | Кофейный напиток | 200 | 100,6 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 60,3 |
| Обед 1-11 классов | Салат из белокочанной капусты | 60 | 36,24 |
| | Борщ с мясом | 200 | 83,0 |
| | Курица, тушенная в соусе сметанном с томатом | 100 | 162 |
| | Рис отварной | 150 | 209,7 |
| | Чай с лимоном | 200 | 62,0 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 60,3 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 78,6 |