



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СШ № 7»

Л.А.Арапова

**МЕНЮ**  
**на 8 октября 2024 г.**

(примерный день № 7)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
<b>Завтрак</b> <b>1-4 классов</b>	Котлеты домашние	60	199,0
	Картофельное пюре	150	137,25
	Напиток из шиповника	200	88,2
	Хлеб ржаной	30	60,3
	Фрукт свежий	100	38
	Хлеб пшеничный	30	78,6
<b>Завтрак</b> <b>5-11 классов</b>	Котлеты домашние	60	149,25
	Картофельное пюре	150	137,25
	Чай с сахаром и лимоном	200	28
	Хлеб ржаной	20	60,3
<b>Обед</b> <b>1-11 классов</b>	Салат из капусты с морковью	60	36,24
	Щи из свежей капусты	220	71,8
	Гуляш из свинины	100	309
	Макароны отварные	150	168,45
	Компот из смеси сухофруктов	200	133
	Хлеб ржаной	30	60,3