



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СШ № 7»

Л.А.Арапова

МЕНЮ
на 9 октября 2024 г.

(примерный день № 8)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак 1-4 классов	Омлет	60	112,0
	Кисель	200	122,0
	Хлеб пшеничный	65	157,0
	Йогурт	125	69,0
	Фрукт свежий	125	91,0
Завтрак 5-11 классов	Винегрет овощной	100	125,0
	Бутерброд с маслом и сыром	55	157,0
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
Обед 1-11 классов	Салат из огурцов и помидоров	60	36,24
	Суп вермишелевый с курицей	220	139,8
	Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом	100	243,03
	Каша гречневая рассыпчатая	150	280,0
	Компот из смеси сухофруктов	200	133,0
	Хлеб пшеничный	30	78,6
	Хлеб ржаной	30	60,3