



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СШ № 7»
Л.А. Арапова Л.А. Арапова

МЕНЮ
на 11 сентября 2024 г.

(примерный день № 8)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак 1-4 классов	Яйцо отварное	40	59,0
	Винегрет овощной	105	125,0
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
	Хлеб ржаной	30	60,3
	Бутерброд с маслом и сыром	65	157,0
	груша	100	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