



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СШ № 7»

Л.А.Арапова

МЕНЮ
на 13 марта 2025 г.

(примерный день № 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак 1-4 классов	Котлета рыбная	60	221,8
	Рис отварной	100	139,8
	Чай с лимоном	200	62,0
	Хлеб пшеничный	30	78,6
	Хлеб ржаной	20	60,3
	Апельсин	100	22,4
Завтрак 5-11 классов	Котлета рыбная	60	221,8
	Рис отварной	120	139,8
	Чай с лимоном	200	62,0
	Хлеб ржаной	20	60,3
Обед 1-11 классов	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	70,0
	Борщ с мясом	250	8,00
	Голубцы ленивые	160	163,0
	Чай с сахаром	200	28,0
	Хлеб ржаной	30	60,3