



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «СШ № 7»

Л.А.Арапова

МЕНЮ
на 14 октября 2024 г.

(примерный день № 1)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак 1-4 классов	Каша молочная «Дружба»	220	300,0
	Бутерброд с маслом и сыром	65	1157
	Фрукт свежий	100	38,0
	Чай с лимоном	200	63,0
Завтрак 5-11 классов	Каша молочная «Дружба»	220	300,00
	Бутерброд с маслом и сыром	55	157
	Чай с лимоном	200	63,0
Обед 1-11 классов	Рассольник ленинградский с курицей	220	85,8
	Рагу овощное с мясом	140	325,0
	Компот из смеси сухофруктов	200	133,0
	Хлеб пшеничный	30	78,6
	Хлеб ржаной	30	60,3