

Директор МБОУ «СШ № 7»

А. Арапова

(примерный день № 7)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак 1-4 классов			
	Котлеты домашние	60	199,0
	Картофельное пюре	150	137,25
	Напиток из шиповника	200	88,2
	Хлеб ржаной	20	60,3
	Груша	100	38
	Хлеб пшеничный	30	78,6
Завтрак 5-11 классов	Котлеты домашние	60	149,25
	Картофельное пюре	150	137,25
	Чай с сахаром	200	28,0
	Хлеб ржаной	20	60,3
Обед 1-11 классов	Салат из квашенной капусты с морковью	60	36,24
	Суп с фрикадельками	220	93,28
	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	85	243,03
	Каша гречневая рассыпчатая	150	280,0
	Чай с сахаром	200	28
	Хлеб ржаной	20	60,3
	Хлеб пшеничный	30	78,6