



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ «СШ № 7»

И.А. Арапова

на 18 марта 2025 г.

(примерный день № 2)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак 1-4 классов	Рис отварной рассыпчатый	110	177,49
	Гуляш	80	182,25
	Салат из свеклы отварной	60	36,24
	Сок	200	85,34
	Груша	100	46,0
	Хлеб ржаной	20	60,3
	Хлеб пшеничный	30	78,6
Завтрак 5-11 классов	Рис отварной рассыпчатый	150	177,49
	Гуляш	80	182,25
	Хлеб пшеничный	30	78,6
	Хлеб ржаной	20	60,3
	Чай с сахаром	200	28,0
Обед 1-11 классов	Салат из квашеной капусты с морковью	60	53,0
	Суп картофельный с бобовыми и курицей	220	130,46
	Печень, тушеная в соусе	100	159
	Каша гречневая рассыпчатая	150	280,0
	Чай с сахаром	200	28,0
	Хлеб ржаной	20	60,3