УТВЕРЖДАЮ»
И.о.директора МБОУ «СШ № 7»

_____Т.А.Захарова

МЕНЮ
на 21 ноября 2024 г.

(примерный день № 4)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак 1-4 классов	Салат из капусты с морковью	50	7,2
	Фрикаделька куриная	50	214,4
	Рис отварной	100	139,8
	Хлеб пшеничный	30	78,6
	Хлеб ржаной	30	60,3
	Банан	100	46,0
	Напиток из шиповника	200	88,2
Завтрак 5-11 классов	Фрикаделька куриная	50	214,4
	Рис отварной	120	139,8
	Чай с сахаром	200	28,0
	Хлеб пшеничный	30	78,6
	Хлеб ржаной	20	60,3
Обед 1-11 классов	Овощи свежие (огурец)	40	7,2
	Суп картофельный с крупой и яйцом	220	137,25
	Поджарка из свинины	100	18,6
	Каша гречневая рассыпчатая	150	280
	Чай с сахаром	200	28,0
	Хлеб ржаной	30	60,3
	Хлеб пшеничный	30	78,6