



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СШ № 7»

Л.А. Арапова

МЕНЮ
на 27 декабря 2024 г.

(примерный день № 10)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Калорийность блюда |
|----------------------------|---|-----------|-----------------------|
| Завтрак 1-4 классов | Салат из огурцов и помидор | 50 | 36,24 |
| | Гуляш из свинины | 80 | 309,0 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 280 |
| | Чай с сахаром | 200 | 28,0 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 78,6 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 60,3 |
| Доп.питание | Яблоко | 100 | 91,0 |
| | Сок | 200 | 85,34 |
| Завтрак 5-11 классов | Гуляш из свинины | 80 | 309,0 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 280 |
| | Чай с сахаром | 200 | 28,0 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 78,6 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 60,3 |
| Обед 1-11 классов | Салат из свеклы с солеными огурцами | 60 | 70,0 |
| | Борщ с мясом | 220 | 83,0 |
| | Голубцы ленивые с соусом, сметанным с луком | 165 | 183,03 |
| | Чай с сахаром | 200 | 28,0 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 60,3 |