

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич



/ИП Позигун И.Н./

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № 1 г. Донецка



Средняя школа № 1

МЕНЮ 1-4 классы

1 неделя четверг

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Фрикадельки рыбные запеченные в соусе	100	126	11,15	5,33	9,51
Рис отварной	150	171	3,56	1,85	35,11
Кофейный напиток	200	22	0	0	4,54
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Итого:	500	451	18,78	8,78	74,62

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Суп с крупой пшенной и картофелем	200	161	1,77	2,1	12,51
Жаркое по-домашнему	200	357	18,95	16,56	18
Икра свекольная	60	44	0,85	2,39	4,74
Хлеб домашний	40	106	3,26	1,33	20,32
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	700	723	24,92	22,41	70,21

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич



/ИП Позигун И.Н./

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № 7 г. Донецка



МЕНЮ 5-11 классы

1 неделя четверг

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Фрикадельки рыбные запеченные в соусе	120	148	13,35	7	11,19
Рис отварной	180	205	4,27	2,22	42,13
Кофейный напиток	200	22	0	0	4,54
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Итого:	550	507	21,69	10,82	83,32

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Суп с крупой пшенной и картофелем	250	201	2,21	2,63	15,64
Жаркое по-домашнему	200	357	18,95	16,56	18
Икра свекольная	100	73	1,42	3,98	7,9
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	800	818	26,74	24,8	81,64