

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич



/ИП Позигун И.Н./

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № 7 г. Донецка



МЕНЮ 1-4 классы

1 неделя пятница

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Тефтеля мясная в сметанном соусе	100	183	12,42	14,71	11,27
Макаронные изделия отварные	150	171	5,14	1,88	33,32
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Итого:	500	541	21,72	18,22	84,69

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Солянка домашняя со сметаной	205	192	5,02	11,03	6,94
Оладьи из печени со сметанно-томатным соусом	100	198	11,04	7,53	18,54
Каша гречневая вязкая	150	133	4,3	3,79	20,38
Салат капустный с луком и маслом	60	41	0,88	2,69	3,41
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Компот из смеси сухофруктов	200	96	0,56	0	23,54
Итого:	765	792	25,87	26,64	98,27

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич

/ИП Позигун И.Н./

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № 7 г. Донецка

**МЕНЮ 5-11 классы**

1 неделя пятница

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Тефтели мясные в сметанном соусе	120	220	14,9	17,65	13,52
Макаронные изделия отварные	180	205	6,17	2,27	39,98
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Итого:	550	612	25,23	21,55	93,6

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Солянка домашняя со сметаной	255	231	6,24	13,72	8,63
Оладьи из печени со сметанно-томатным соусом	100	244	13,7	9,26	22,86
Каша гречневая вязкая	180	160	5,16	4,55	24,55
Салат капустный с луком и маслом	100	68	1,47	4,48	5,68
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Компот из смеси сухофруктов	200	96	0,56	0	23,54
Итого:	885	931	31,2	33,61	110,72