

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич

/ИП Позигун И.Н./

СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № 7 г. Донецка**МЕНЮ 1-4 классы**

2 неделя понедельник

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Омлет натуральный с икрой кабачковой	110	172	10,16	12,03	5,56
Макаронные изделия отварные	150	281	7,1	15,9	27,1
Чай с лимоном	210	70	0,07	0,01	17,07
Хлеб домашний	40	106	3,26	1,33	20,32
Итого:	510	629	20,59	29,27	70,05

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	200	133	1,37	3,65	6,59
Фрикадельки мясные в сметанном соусе	90	229	10,79	14,44	13,2
Каша пшенная вязкая	150	154	4,09	4,73	23,7
Салат с зеленым горошком	60	44	1,66	2,74	3,36
Хлеб домашний	40	106	3,26	1,33	20,32
Компот из смеси сухофруктов	200	96	0,56	0	23,54
Итого:	740	762	21,73	26,89	90,71

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Индивидуальный предприниматель

МБОУ СОШ № 1 г. Донецка

Позигун Игорь Николаевич

/ИП Позигун И.Н./

МЕНЮ 5-11 классы

2 неделя понедельник

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Омлет натуральный с икрой кабачковой	110	172	10,16	12,03	5,56
Макаронные изделия отварные	180	337	8,52	19,08	32,52
Чай с лимоном	210	70	0,07	0,01	17,07
Хлеб домашний	60	160	4,89	2,09	30,48
Итого:	560	739	23,64	33,21	85,63

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	166	1,71	4,56	8,24
Фрикадельки мясные в сметанном соусе	100	275	12,95	17,33	15,84
Каша пшенная вязкая	180	185	4,91	5,68	28,44
Салат с зеленым горошком	100	73	2,77	4,57	5,6
Хлеб домашний	60	160	4,89	2,09	30,48
Компот из смеси сухофруктов	200	96	0,56	0	23,54
Итого:	890	955	27,79	34,23	112,14