

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель  
Позигун Игорь Николаевич



/ИП Позигун И.Н./

СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ № 7 г. Донецка



*Сурмыва И.А.*

# МЕНЮ 1-4 классы

2 неделя среда

| Наименование                | Вес блюда<br>(гр) | ККал | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------------------------|-------------------|------|-------|-------|----------|
| Завтрак                     |                   |      |       |       |          |
| Соус "Болоньезе" (мясной)   | 100               | 157  | 7,09  | 14,03 | 2,34     |
| 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               | 515  | 16,39 | 17,54 | 75,76    |

| Наименование                     | Вес блюда<br>(гр) | ККал | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------------------------|-------------------|------|-------|-------|----------|
| Обед                             |                   |      |       |       |          |
| Суп гороховый с картофелем       | 200               | 172  | 4,06  | 3,95  | 14,33    |
| Тефтеля мясная в томатном соусе  | 90                | 193  | 12,42 | 14,71 | 11,27    |
| Каша гречневая рассыпчатая       | 150               | 148  | 5,4   | 3,3   | 25,7     |
| Салат капустный с луком и маслом | 60                | 36   | 0,98  | 1,09  | 5,44     |
| Хлеб домашний                    | 40                | 106  | 3,26  | 1,33  | 20,32    |
| Компот из свежих плодов (яблоки) | 200               | 72   | 0,09  | 0,06  | 17,77    |
| Итого:                           | 740               | 727  | 26,21 | 24,44 | 94,83    |

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель  
Позигун Игорь Николаевич



/ИП Позигун И.Н./

Согласовано  
МБОУ СОШ № 1 г. Донецка



**МЕНЮ 5-11 классы**  
2 неделя среда

| Наименование                | Вес блюда<br>(гр) | ККал       | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
|-----------------------------|-------------------|------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>              |                   |            |              |              |              |
| Соус "Болоньезе" (мясной)   | 120               | 188        | 8,11         | 16,84        | 2,81         |
| 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        |
| <b>Итого:</b>               | <b>550</b>        | <b>580</b> | <b>18,44</b> | <b>20,74</b> | <b>82,89</b> |

| Наименование                     | Вес блюда<br>(гр) | ККал       | Белки        | Жиры        | Углеводы      |
|----------------------------------|-------------------|------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Обед</b>                      |                   |            |              |             |               |
| Суп гороховый с картофелем       | 250               | 215        | 5,08         | 4,94        | 17,91         |
| Тефтели мясные в томатном соусе  | 100               | 231        | 14,9         | 17,65       | 13,52         |
| Каша гречневая рассыпчатая       | 180               | 178        | 6,48         | 3,96        | 30,84         |
| Салат капустный с луком и маслом | 100               | 60         | 1,64         | 1,86        | 9,06          |
| Хлеб домашний                    | 40                | 106        | 3,26         | 1,33        | 20,32         |
| Компот из свежих плодов (яблоки) | 200               | 72         | 0,09         | 0,06        | 17,77         |
| <b>Итого:</b>                    | <b>870</b>        | <b>862</b> | <b>31,45</b> | <b>29,8</b> | <b>109,42</b> |