

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич



/ИП Позигун И.Н./

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № 7 г. Донецка



Смирнова И.Н.

МЕНЮ 1-4 классы

2 неделя четверг

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Запеканка творожная со сметанным соусом	180	430	27,62	21,89	25,43
Кофейный напиток	200	22	0	0	4,54
Хлеб домашний	40	106	3,26	1,33	20,32
Фрукты свежие (яблоки)	100	52	0,38	0,35	13,41
Итого:	520	610	31,26	23,57	63,7

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Суп картофельный с пшеном	200	137	1,77	2,1	12,51
Голубцы ленивые с соусом томатным	100	166	8,89	10,4	9,33
Рис отварной	150	171	3,56	1,85	35,11
Капуста шинкованная с морковью	60	28	1,06	0,72	3,96
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	760	689	19,44	16,7	101,01

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич

МБОУ СОШ № 1 г. Донецка

/ИП Позигун И.Н./

МЕНЮ 5-11 классы

2 неделя четверг

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Запеканка творожная со сметанным соусом	200	478	30,69	24,32	33,26
Кофейный напиток	200	22	0	0	4,54
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Фрукты свежие (яблоки)	100	52	0,38	0,35	13,41
Итого:	550	684	35,14	26,27	76,67

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Суп картофельный с пшеном	250	201	2,21	2,63	15,64
Голубцы ленивые с соусом томатным	120	244	11,67	12,48	14,2
Рис отварной	180	205	4,27	2,22	42,13
Капуста шинкованная с морковью	100	47	1,77	1,2	6,6
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	900	884	24,08	20,16	118,67