

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич

МБОУ СОШ № 1 г. Донецка

/ИП Позигун И.Н./

МЕНЮ 1-4 классы

2 неделя пятница

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Фрикадельки мясные в сметанном соусе	100	229	10,79	14,44	13,2
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	587	20,09	17,95	86,62

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	143	1,6	5,39	9,43
Рыба (минтай), тушенная в томате с овощами	110	88	11,16	2,49	4,08
Пюре картофельное	150	121	2,44	3,88	19,03
Свекла отварная	60	24	0,87	0,06	5,12
Хлеб домашний	40	106	3,26	1,33	20,32
Компот из смеси сухофруктов	200	96	0,56	0	23,54
Итого:	765	578	19,89	13,15	81,52

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Индивидуальный предприниматель
Позигун Игорь Николаевич

МБОУ СОШ № 1 г. Донецка

/ИП Позигун И.Н./

МЕНЮ 5-11 классы

2 неделя пятница

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Фрикадельки мясные в сметанном соусе	110	275	12,95	17,33	15,84
Макаронные изделия отварные	180	205	6,17	2,27	39,98
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Хлеб домашний	60	160	4,89	2,09	30,48
Итого:	550	695	24,1	21,72	100,94

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	233	1,99	6,7	11,73
Рыба (минтай), тушенная в томате с овощами	120	155	12,18	2,65	4,44
Пюре картофельное	180	145	2,93	4,66	22,9
Свекла отварная	100	40	1,45	0,1	8,53
Хлеб домашний	50	132	4,07	1,6	25,46
Компот из смеси сухофруктов	200	96	0,56	0	23,54
Итого:	905	801	23,18	15,71	96,6