

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 7  
 " 1 " апреля 2023 г.  
 С.А. Понадир

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 7 г. Лабанск  
 Дата 1 апреля  
 День: вторник  
 Неделя: 1  
 Номер дня недели: 5  
 Возраст: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	20,00р.
2.	Рыба, тушенная с овощами	120	11,71	1,97	5,74	88,28	50,00р.
3.	Пюре картофельное	150	4,05	6,00	8,70	105,00	40,00р.
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего	<b>595</b>	<b>23,01</b>	<b>11,06</b>	<b>65,35</b>	<b>460,46</b>	
							<b>125,00р.</b>
<b>ОБЕД</b>							
1.	Овощи по-сезону (помидор соленый/ помидор свежий)	60	0,67	0,06	2,10	12,00	17,00 Р
2.	Щи из квашенной капусты с картофелем	200	1,35	4,29	6,96	71,8	23,00 Р
3.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52	55,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	80	5,44	5,46	39,38	148,41	2,00 Р
	Всего	<b>795</b>	<b>25,64</b>	<b>22,47</b>	<b>118,86</b>	<b>703,66</b>	
							<b>117,50р.</b>
<b>Полдник 2 смена (овз+ив)</b>							
1	Каша молочная манная	210	5,10	10,72	33,42	250,56	
2	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	

Дир. Директор МБОУ СОШ № 7 С.А. Понадир  
 Зав. Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" С.М. Зюрина



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 7 имени А.С. Пушкина  
*Е.А. Попова*  
 2022 г.

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 7 г. Лабинск  
 Дата 1 апреля  
 День: вторник  
 Неделя 1  
 Номер дня недели: 5  
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево-ды	Калорийн-ость	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	28,90 Р
2.	Рыба, тушенная с овощами	140	13,70	1,97	5,74	103,00	58,00 Р
3.	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126,00	47,00 Р
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	45	2,52	0,504	20,43	90,94	3,20 Р
	Всего	705	29,20	14,15	81,31	581,19	149,60 Р
<b>ОБЕД</b>							
1.	Овощи по сезону (помидор свежий/помидор соленый)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	20,00 Р
2.	Щи из квашенной капусты	250	1,69	5,36	8,70	89,75	25,00 Р
3.	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57	60,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	60	1,00	0,00	20,20	133,94	3,00 Р
6.	Хлеб ржаной	40	3,58	0,43	25,30	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	100	2,24	0,45	18,16	185,50	2,50 Р
	Всего:	980	32,93	28,57	135,06	879,40	128,50 Р
<b>Полдник 2 смена (обз+ив)</b>							
1	Каша молочная манная	250	6,10	11,20	35,71	263,20	
2	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	
		450	10,18	14,74	53,29	381,72	

Директор МБОУ СОШ № 7 *Е.А. Попова*  
 Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" *Е.С. Жукина*





ООО «Ваша сервисная компания»

МОБУ СОШ №7 г. Лабинск

# КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО





ООО «Ваша сервисная компания»

МОБУ СОШ №7 г. Лабинск

# КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО





ООО «Ваша сервисная компания»

МОБУ СОШ №7 г. Лабинск

# КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО

