



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор школы
 Гокмаков И.А.

**МЕНЮ НА 10.09.24 г.
 (7-11 лет)**

№ рецептур ы	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическа я ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
321, 128	Гарнир сложный	150	3,18	3,62	12,66	96	20,06
279	Тефтели 2-й вариант	90	7,59	17,58	12,66	243	39,84
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,69	51	3,31
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	1,42
	II завтрак						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
	Обед						
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75	9,68
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	95	6,86
292	Гуляш из курицы	90	22,04	20,12	50,36	189	50,43
171	Каша рассыпчатая перловая	150	5,34	3,09	37,7	257	14,01
Пр	Сок	200	0,75		20,57	85	10,78
Пр	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	1,42
Пр.5	Хлеб ржаной	20	8,5	0,66	8,5	52	1,22

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор школы
 Токмаков И.А.

МЕНЮ НА 10.09.24 г.
(12 лет и старше)

№ реце- птур ы	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев- оды	Энергетичес- кая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
321, 128	Гарнир сложный	180	3,82	4,34	15,19	115	24,08
279	Тефтели 2-й вариант	130	8,22	19,03	13,73	263	66,86
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,69	51	3,31
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,25
	Обед						
67	Винегрет овощной	100	1,19	8,9	6,7	112	16,13
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,64	2,57	18,96	110	9,06
292	Гуляш из курицы	100	24,49	22,36	5,95	210	92,93
171	Каша рассыпчатая перловая	180	6,41	3,71	45,24	309	16,80
Пр	Сок	200	0,75		20,57	85	10,78
Пр	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,25
Пр	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,43

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7 г. Ижевск»