

МБОУ ЦО №7

МЕНЮ на 09.06.2025 года для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Макароны с сыром	240	454,8
	Печенье	20	72,4
	Кофейный напиток на молоке	200	119,6
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
Обед	Огурец свежий	60	8,22
	Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	210	79,57
	Плов с курицей	240	442,39
	Отвар шиповника	200	64,23
	Хлеб из муки пшеничной	30	78,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,8
Полдник	Ватрушка с творогом	100	293,9
	Яблоко	200	94
	Сок фруктовый	200	110

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Макароны с сыром	270	511,7
	Печенье	20	72,4
	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	119,6
	Хлеб из муки пшеничной	60	157
Обед	Огурец свежий	100	13,7
	Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	260	98,52
	Плов с курицей	280	516,12
	Отвар шиповника	200	64,23
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
	Хлеб ржано-пшеничный	60	118,2
Полдник	Ватрушка с творогом	100	293,9
	Яблоко	200	94
	Сок фруктовый	200	110