ом ответств УТВЕРЖДАЮ

ОГР Генеральный директор

«ООО Комбинат школьного Sykina 8 B питания" 01.09.2021

"Комбинат школьного питания"

Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|---|--|
|              | Завтрак 1   |  |
| <i>150</i>   | Пудинг из творога запечены  |  |
|              | Творог 9% жирности, Крупа манная, Масло сливочное 82.5 пшеничные, Вода, Сметана 15% жирности, Соль, Ванилин | в жирности, Сахар, Яйцо Ікатегории, Сухари                                     |
| 50           | Соус вишневый   | ККал-130, У/в-32   |
|              | Сахар, Вишня, Вода  |  |
| 10           | Масло сливочное 10гр  | ККал-75, Жиры-8  |
| 20           | Хлеб пшеничный, 20гр  | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |
| 200          | <b>Чай с сахаром, 200гр</b><br><sup>Чай, Сахар, Вода</sup>  | ККал-45, У/в-12  |
| 100          | Фрукт 100 гр  | ККал-33, Белки-1, У/в-8  |
|              | Итого за Завтрак  | 1 ККал-829, Белки-25, Жиры-36, У/в-114   |

ККад-829, Белки-25, Жиры-36, У/в-114

СОГЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7 Черкасова Марина Николаевна





### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|--|--|
|              | Завтрак 1  | 1  |
| 200          | Каша рисовая(Ш)  | ККал-251, Белки-5, Жиры-7, У/в-40  |
|              | Крупа рисовая /круглая/, Молоко 3,2% жирности, Сахар, М                                  | Лисло сливочное 82,5% жирности, Вода, Соль                                     |
| 10           | Сыр (порциями)   | ККал-36, Белки-2, Жиры-3   |
| 200          | Кофейный напиток злаковыі<br>на молоке   | ККал-102, Белки-3, Жиры-4, У/в-14  |
| 40           | Кофейный напиток, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сахар<br><b>Хлеб пшеничный, 40гр</b>       | ККал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-33  |
| 50           | Булочка с изюмом или<br>выпечка п/п  | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |
|              | Мука пшеничная, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Масло слі<br>Изюм, Соль, Масло растительное | ливочное 82,5% жирности, Яйцо Ікатегории, Дрожжи,                              |
|              | Итого за Завтрак   |  |
|              | Итого з  | 3a ККал-636, Белки-18, Жиры-16, У/в-129  |

СОГЛА СОВАНО Директор МІ ОУ СОШ №7 Черкасова Маряна Николаевна

JV2 7

рукина О.В. 59490 03.09.2021

"Комбинат школьного питания"

#### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда                                     | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|--|--|
|              | Завтрак  | 1  |
| 200          | Омлет с сыром запеченый                                | ККал-189, Белки-10, Жиры-14, У/в-2   |
|              | Яйцо 1 категории, Молоко 3,2% жирности, Масло сливочно | и е 82,5% жирности, Соль, Сыр 50% жирности                                     |
| 200          | Чай с сахаром, 200гр                                   | ККал-45, У/в-12  |
|              | Чай, Сахар, Вода                                       |  |
| <i>60</i>    | Хлеб пшеничный 60г                                     | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |
| 40           | Печенье 40гр   | ККал-95 200, Белки-3 040, Жиры-320, У/в-19 440                                 |
|              | Итого за Завтра  | <b>1</b> ККал-95 517, Белки-3 053, Жиры-335, У/в-19 479                        |
|              | Итого  | <b>за</b> ККал-95 517, Белки-3 053, Жиры-335, У/в-19 479                       |

СОГЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7 Черкасова Марина Николиевна

№ 7

ош



### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда                                     | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |  |
|--------------|--|--|--|--|
|              | <u>Завтрак 1</u>                                       |  |  |  |
| 200          | Каша пшенная(Ш)  | ККал-181, Белки-5, Жиры-5, У/в-28  |  |  |
|              | Пшено, Молоко 3,2% жирности, Вода, Масло сливочное 82, | Р, % жирности, Сахар, Соль   |  |  |
| 50           | Ватрушка с творогом или                                | ККал-157, Белки-3, Жиры-2, У/в-30  |  |  |
| 30           | выпечка п/п  | Tittal 101, Boshin S, Milpsi S, V/S Do   |  |  |
|              | Мука пшеничная, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Яйцо 1 ка | пиегории, Дрожжи, Изюм, Соль, Масло растительное                               |  |  |
| 10           | Сыр (порциями)   | ККал-36, Белки-2, Жиры-3   |  |  |
| 200          | Кофейный напиток из                                    | ККал-100, Белки-3, Жиры-4, У/в-12  |  |  |
| 200          | цикория с молоком                                      | KKW1-100, BOKKI 3, KKIPBI 4, 37B 12  |  |  |
|              | Напиток из цикория, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сахар  |  |  |  |
| 40           | Хлеб пшеничный, 40гр                                   | ККал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-33  |  |  |
|              | Итого за Завтрак                                       | <b>к</b> 1 ККал-583, Белки-17, Жиры-16, У/в-103                                |  |  |
|              | Итого з  | KKал-583, Белки-17, Жиры-16, У/в-103   |  |  |

СОГЛА СОВАНО Директор IVII ЮУ СОШ №7 Черкасова Марина Николаевна

УТВЕРЖДАЮ

ООО Жомбинат школьного

Титания

Букина О. В.

07.09.2021

"Комбинат школьного питания"

Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|--|--|
|              | Завтрак 🛘  |  |
| 200          | Каша овсяная(Ш)  | ККал-179, Белки-3, Жиры-10, У/в-19   |
|              | Крупа овсяная "геркулес", Молоко 3,2% жирности, Сахар, 1 | 1асло сливочное 82,5% жирности, Вода, Соль                                     |
| 50           | Творог для детского питания<br>(50гр)                    | <b>к</b> ККал-53, Белки-4, Жиры-2, У/в-5                                       |
| 200          | Кофейный напиток злаковы<br>на молоке                    | ККал-102, Белки-3, Жиры-4, У/в-14  |
|              | Кофейный напиток, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сахар      |  |
| 60           | Хлеб пшеничный 60г                                       | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |
|              | Итого за Завтран   |  |
|              | Итого з  | ККал-416, Белки-13, Жиры-16, У/в-63  |

СОГЛА СОВАНО
Директор № БОУ СОШ №7
Черкасовя Марина Николаевна

**СОШ** № 7

"Комбинат школьного питания"

### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда   |  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |
|--------------|--|--|--|--|
|              | Завтрак .  |  |  |  |
| 200          | Каша рисовая(Ш)  |  | ККал-251, Белки-5, Жиры-7, У/в-40  |  |
|              | Крупа рисовая /круглая/, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Масло сливочное 82,5% жирности, Вода, Соль |  |  |  |
| 200          | Кофейный напиток из  |  | ККал-100, Белки-3, Жиры-4, У/в-12  |  |
| 200          | цикория с молоком  |  | Trial 100, Bonkii 5, Arripin 1, 775 12   |  |
|              | Напиток из цикория, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сахар  |  |  |  |
| 30           | Сыр порциями   |  | ККал-108, Белки-7, Жиры-9  |  |
| 10           | Масло сливочное 10гр   |  | ККал-75, Жиры-8  |  |
| 60           | Хлеб пшеничный 60г   |  | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |  |
|              | Итого за Завтрај   |  | ККал-616, Белки-17, Жиры-29, У/в-77  |  |
|              | <b>Итого 3a</b> ККал-616, Белки-17, Жиры-29, У/в-77  |  |  |  |

СОГЛАСОВАНО Директор М БОУ СОШ №7 Черкасова Марина Николаевна



УТВЕРЖДАЮ
ГРН Тенеральный директор
ООО Комбинат школьного
питания

09.09.2021

"Комбинат школьного питания"

# Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда  |         | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|---|---------|--|
|              | Завтрак 1   |         |  |
| 200          | Омлет(Ш)  | K       | Кал-301, Белки-18, Жиры-19, У/в-4  |
|              | Яйцо 1 категории, Молоко 3,2% жирности, Масло сливочно                                | 82,5    | 5% жирности, Соль  |
| 50           | Булочка с изюмом или  | <br>  K | (Кал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |
| 30           | выпечка п/п   |         | 10 1, 20 mm 1, 2 mp 2 = , 0 1 = 1 =  |
|              | Мука пшеничная, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Масло сли Изюм, Соль, Масло растительное | вочн    | ое 82,5% жирности, Яйцо Ікатегории, Дрожжи,                                    |
| 60           | Хлеб пшеничный 60г  | k       | Кал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25  |
| 200          | Чай с сахаром, 200гр  | k       | Ккал-45, У/в-12  |
|              | Чай, Сахар, Вода  |         |  |
|              | Итого за Завтрак  | -       | ККал-566, Белки-24, Жиры-22, У/в-82  |
|              | Итого з   | a, J    | (Кал-566, Белки-24, Жиры-22, У/в-82  |

СОГЛА СОВАНО Директор МБОУ СОЩ №7 Черкасова Марина Николаевна



### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда  |     | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|---|-----|--|
|              | Завтрак .   |     |  |
| 200          | Каша гречневая молочная<br>(Ш)  |     | ККал-208, Белки-6, Жиры-9, У/в-26  |
|              | Крупа гречневая, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Масло сл                              | iBO | ное 82,5% жирности, Вода, Соль   |
| 10           | Сыр (порциями)  |     | ККал-36, Белки-2, Жиры-3   |
| 100          | Фрукт 100 гр  |     | ККал-33, Белки-1, У/в-8  |
| 200          | <b>Какао-напиток на молоке.</b><br>Какао-порошок, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Вода |     | ККал-97, Белки-3, Жиры-3, У/в-13   |
| 60           | Хлеб пшеничный 60г  |     | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |
|              | Итого за Завтрак  | 1   | ККал-456, Белки-14, Жиры-16, У/в-72  |
|              | Итого   | 2/  | ККал-456, Белки-14, Жиры-16, У/в-72  |

СОГЛА СОВАНО Директор М 5ОУ СОШ №7 Черкасова Марина Николаевна

Nº 7

роо "Комбинат школьного питания"

Друкина 0: В 13.09.2021

"Комбинат школьного питания"

## Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда                                  |      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|---|------|--|
|              | Завтрак   | 1    |  |
| 200          | Макароны с сыром (Ш)                                |      | ККал-378, Белки-15, Жиры-13, У/в-49  |
|              | Макаронные изделия, Масло сливочное 72,5% жирности, | оль, | Вода, Сыр 50% жирности   |
| 100          | Фрукты 100гр  |      | ККал-33, Белки-1, У/в-8  |
| 20           | Хлеб пшеничный, 20гр                                |      | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |
| 200          | Кофейный напиток злаковы                            | й    | ККал-102, Белки-3, Жиры-4, У/в-14  |
| 200          | на молоке   |      | Kirwi-102, Delikir-J, Milph 1, 3/B-14  |
|              | Кофейный напиток, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сахар |      |  |
|              | Итого за Завтра                                     | 01   | ККал-649, Белки-23, Жиры-19, У/в-112   |

Итого за Завтрак 1 ККал-649, Белки-23, Жиры-19, У/в-11

Итого ва ККал-649, Белки-23, Жиры-19, У/в-112

СОГЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7 Черкасова Марина Николаєвна

OBRACTO O

**УТВЕРЖДАЮ** бородинат школьного питания" Sykuna O B

4.09.2021

"Комбинат школьного питания"

Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда                                   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |
|--------------|--|--|--|
|              | <u> Завтрак I</u>                                    |  |  |
| 200          | Каша пшенная(Ш)                                      | ККал-181, Белки-5, Жиры-5, У/в-28  |  |
|              | Пшено, Молоко 3,2% жирности, Вода, Масло сливочное 🛭 | 2,5% жирности, Сахар, Соль   |  |
| 20           | -Печенье 20гр  | ККал-71, Белки-2, У/в-15   |  |
| 10           | Масло сливочное 10гр                                 | ККал-75, Жиры-8  |  |
| 10           | Сыр (порциями)                                       | ККал-36, Белки-2, Жиры-3   |  |
| 200          | Чай с молоком(Ш)                                     | ККал-59, Белки-2, Жиры-3, У/в-5  |  |
|              | Чай, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сахар               |  |  |
| 60           | Хлеб пшеничный 60г                                   | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |  |
|              | Итого за Завтра                                      | к 1 ККал-504, Белки-14, Жиры-21, У/в-72  |  |

**Итого за** ККал-504, Белки-14, Жиры-21, У/в-72

СОГЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7 Черкасова М рина Николаевна



УТВЕРЖДАЮ
ОТВЕТСТВ УТВЕРЖДАЮ
ОТРИ Генеральный директор
ООО Комбинат школьного
питания"
Букина О В.
15.09.2021

"Комбинат школьного питания"

# Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г)       | Наименование блюда  |    | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |
|--------------------|---|----|--|--|
|                    | <u> Завтрак 1</u>   |    |  |  |
| <i>150</i>         | Пудинг из творога запечень  | ιй | ККал-408, Белки-20, Жиры-26, У/в-20  |  |
|                    | Творог 9% жирности, Крупа манная, Масло сливочное 12,5% жирности, Сахар, Яйцо 1категории, Сухари пшеничные, Вода, Сметана 15% жирности, Соль, Ванилин |    |  |  |
| 50                 | Соус вишневый   |    | ККал-130, У/в-32   |  |
| Сахар, Вишня, Вода |   |    |  |  |
| 10                 | Масло сливочное 10гр  |    | ККал-75, Жиры-8  |  |
| 20                 | Хлеб пшеничный, 20гр  |    | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |  |
| 200                | <b>Чай с сахаром, 200гр</b><br>Чай, Сахар, Вода   |    | ККал-45, У/в-12  |  |
| 100                | Фрукт 100 гр  |    | ККал-33, Белки-1, У/в-8  |  |
|                    | <b>Итого за Завтрак 1</b> ККал-829, Белки-25, Жиры-36, У/в-114  |    |  |  |

**Итого за** ККал-829, Белки-25, Жиры-36, У/в-114

СОГ ЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №7
Черкасова Марина Николаевна

OIII No 7

ОГРН ТОТВЕТСТУТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО "Комбинат школьного
питания"
Букина О.В.

16.09.2021

"Комбинат школьного питания"

### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |  |  |
|--------------|--|--|--|--|--|
|              | <u>Завтрык 1</u>   |  |  |  |  |
| 200          | Каша рисовая(Ш)  | ККал-251, Белки-5, Жиры-7, У/в-40  |  |  |  |
|              | Крупа рисовая /круглая/, Молоко 3,2% жирности, Сахор, Мас.                                 | по сливочное 82,5% жирности, Вода, Соль  |  |  |  |
| <i>10</i>    | Сыр (порциями)   | ККал-36, Белки-2, Жиры-3   |  |  |  |
| 200          | Кофейный напиток злаковый  | ККал-102, Белки-3, Жиры-4, У/в-14  |  |  |  |
| 200          | на молоке  | (Kal-102, Deлkn-3, Жиры-4, У/в-14  |  |  |  |
|              | Кофейный напиток, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сахар  |  |  |  |  |
| 40           | Хлеб пшеничный, 40гр   | ККал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-33  |  |  |  |
| 50           | Булочка с изюмом или   | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |  |  |  |
| 50           | выпечка п/п  |  |  |  |  |
| _            | Мука пшеничная, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Мас о сливо<br>Изюм, Соль, Масло растительное |  |  |  |  |
|              | Итого за Завтрак 1   | ККал-636, Белки-18, Жиры-16, У/в-129   |  |  |  |

Ито 93a, ККал 636, Белки-18, Жиры-16, У/в-129

The same of the sa

СО́І ЛАЄОВАНО Директог МБОУ, ЄОШ №7 Черкасова Марина Николаевна

J№ 7

ог Ренеральный директор ООО "Комбинат школьного питания"

Букина ОВ 17.09.2021

"Комбинат школьного питания"

Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда                                 | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|--|--|
|              | Завтро   | <u>к 1</u>   |
| 200          | Омлет с сыром запеченый                            | ККал-189, Белки-10, Жиры-14, У/в-2   |
|              | Яйцо 1 категории, Молоко 3,2% жирности, Масло слив |  |
| 200          | Чай с сахаром, 200гр                               | ККал-45, У/в-12  |
|              | Чай, Сахар, Вода                                   |  |
| 60           | Хлеб пшеничный 60г                                 | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |
| 40           | Печенье 40гр                                       | ККал-95 200, Белки-3 040, Жиры-320, У/в-19 440                                 |
| ·            | Итого за Завтр                                     | ак 1 ККал-95 517, Белки-3 053, Жиры-335, У/в-19 479                            |

СОГ ЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7

Черкасова Парина Николаевна

Итого за ККал-95 517, Белки-3 053, Жиры-335, У/в-19 479

ME OV COLLI JAG 7

ответствен утверждаю Генеральный директор ООО "Комбинат школьного Букина О. В. 20.09.2021

"Комбинат школьного питания"

### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г)     | Наименование блюда   |                                   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |   |
|------------------|--|-----------------------------------|--|---|
| <u>Завтрак 1</u> |  |                                   |  |   |
| 200              | Каша пшенная(Ш)  |                                   | ККал-181, Белки-5, Жиры-5, У/в-28  |   |
|                  | Пшено, Молоко 3,2% жирности, Вода, Масло сливочно                | 82,5%                             | жирности, Сахар, Соль  |   |
| 50               | Ватрушка с творогом или  | ККал-157, Белки-3, Жиры-2, У/в-30 |  |   |
|                  | выпечка п/п<br>Мука пшеничная, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Яйцс |                                   |  |   |
| 10               | Сыр (порциями)   |                                   | ККал-36, Белки-2, Жиры-3   |   |
| 200              | Кофейный напиток из  | VV 100 Form 2 Wines 4 V/- 12      | VVon 100 Formu 2 Winni 4 V/n 12  |   |
| 200              | цикория с молоком  | ККал-100, Белки-3, Жиры-4, У/в-12 |  |   |
|                  | Напиток из цикория, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сех              | сар                               |  |   |
| 40               | Хлеб пшеничный, 40гр   |                                   | ККал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-33  |   |
|                  | Итого за Завтр   | ак 1                              | ККал-583, Белки-17, Жиры-16, У/в-103   |   |
|                  |  |                                   | ### #02 E 17 3W 16 XV 102  | _ |

Итого за ККал-383, Белки-17, Жиры-16, У/в-103

СОГЛАСОВАНО/ Директор МБОУ СОЦІ №7 Черкасова Марина Николаевна No

> CKAR OED

ОТРИ 17 Сенеральный директор ООО" Комбинат школьного питания"

3 9 4 9 0 образования предоставляющий предоста

"Комбинат школьного питания"

Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г)     | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |
|------------------|---|--|--|
| <u>Завтрак 1</u> |   |  |  |
| 200              | Каша овсяная(Ш)   | ККал-179, Белки-3, Жиры-10, У/в-19   |  |
|                  | Крупа овсяная "геркулес", Молоко 3,2% жирности, Сагар, Масло сливочное 82,5% жирности, Вода, Соль |  |  |
| 50               | Творог для детского питания<br>(50гр)   | ККал-53, Белки-4, Жиры-2, У/в-5  |  |
| 200              | Кофейный напиток злаковый<br>на молоке  | ККал-102, Белки-3, Жиры-4, У/в-14  |  |
|                  | Кофейный напиток, Вода, Молоко 3,2% жирности, Са ар   |  |  |
| 60               | Хлеб пшеничный 60г  | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |  |
|                  | Итого за Завтрак 1  | ККал-416, Белки-13, Жиры-16, У/в-63  |  |
|                  | Итого за  | <b>К</b> Кал-416, Белки-13, Жиры-16, У/в-63                                    |  |

СОГЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7 Черкасова Марина Николаевна

CKAR O



## Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда                                   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |
|--------------|--|--|--|
|              | <u>Завтра</u>  | <u>к 1</u>   |  |
| 200          | Каша рисовая(Ш)                                      | ККал-251, Белки-5, Жиры-7, У/в-40  |  |
|              | Крупа рисовая /круглая/, Молоко 3,2% жирности, Сахор | р, Масло сливочное 82,5% жирности, Вода, Соль                                  |  |
| 200          | Кофейный напиток из                                  | ККал-100, Белки-3, Жиры-4, У/в-12  |  |
| 200          | цикория с молоком                                    | KKW1-100, DOIKH-J, MAPDI-4, J/B-12   |  |
|              | Напиток из цикория, Вода, Молоко 3,2% жирности, С    | wap  |  |
| 30           | Сыр порциями   | ККал-108, Белки-7, Жиры-9  |  |
| 10           | Масло сливочное 10гр                                 | ККал-75, Жиры-8  |  |
| 60           | Хлеб пшеничный 60г                                   | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |  |
|              | Итого за Завтра                                      | ак 1 ККал-616, Белки-17, Жиры-29, У/в-77                                       |  |

Ито 0 33 ККал-616, Белки-17, Жиры-29, У/в-77

СОГЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7 Черкасова 1арина Николаевна

ТВЕТСТВЕН УТВЕРЖДАЮ Тенеральный директор
Комбинат школьного ONSTRUMB B 23.09.2021

"Комбинат школьного питания"

Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г)      | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |  |
|-------------------|--|--|--|--|
| <u> 3asmpak 1</u> |  |  |  |  |
| 200               | Омлет(Ш)   | ККал-301, Белки-18, Жиры-19, У/в-4   |  |  |
|                   | Яйцо 1 категории, Молоко 3,2% жирности, Масло сливо                                  | иное 82,5% жирности, Соль  |  |  |
| 50                | Булочка с изюмом или   | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |  |  |
| 30                | выпечка п/п  | RRaл-137, вслки-4, жиры-2, у/в-42  |  |  |
|                   | Мука пшеничная, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Масло<br>Изюм, Соль, Масло растительное | сливочное 82,5% жирности, Яйцо 1категории, Дрожжи,                             |  |  |
| 60                | Хлеб пшеничный 60г   | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |  |  |
| 200               | Чай с сахаром, 200гр   | ККал-45, У/в-12  |  |  |
|                   | Чай, Сахар, Вода   |  |  |  |
|                   | Итого за Завтр   | aк 1 ККал-566, Белки-24, Жиры-22, У/в-82                                       |  |  |

Итого за ККал-566, Белки-24, Жиры-22, У/в-82

СОГЛАСОВАНО Директор ИБОУ СОШ №7 Черкасова Марина Николаевна

ответступ ТВЕРЖДАЮ
Генеральчый дяректор
ООО "Комбинат школьного
титания"

24.09.2021

"Комбинат школьного питания"

### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |
|--------------|--|--|--|
|              | Завтрак  | <u>1</u>   |  |
| 200          | Каша гречневая молочная<br>(Ш)   | ККал-208, Белки-6, Жиры-9, У/в-26  |  |
|              | Крупа гречневая, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Масло сливочное 82,5% жирности, Вода, Соль |  |  |
| 10           | Сыр (порциями)   | ККал-36, Белки-2, Жиры-3   |  |
| 100          | Фрукт 100 гр   | ККал-33, Белки-1, У/в-8  |  |
| 200          | <b>Какао-напиток на молоке.</b><br>Какао-порошок, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Вода      | ККал-97, Белки-3, Жиры-3, У/в-13   |  |
| 60           | Хлеб пшеничный 60г   | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, У/в-25   |  |
|              | Итого за Завтра  | <b>к</b> 1 ККал-456, Белки-14, Жиры-16, У/в-72                                 |  |

Итого за ККал-456, Белки-14, Жиры-16, У/в-72

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №7
Черкасова Марина Николаевна

**№** 7

AGOGNACTI WWW LINE

СОШ



#### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда   |      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |
|--------------|--|------|--|--|
|              | <u>Завтрак 1</u>   |      |  |  |
| 200          | Макароны с сыром (Ш)   |      | ККал-378, Белки-15, Жиры-13, У/в-49  |  |
|              | Макаронные изделия, Масло сливочное 72,5% жирности, Соль, Вода, Сыр 50% жирности |      |  |  |
| 100          | Фрукты 100гр   |      | ККал-33, Белки-1, У/в-8  |  |
| 20           | Хлеб пшеничный, 20гр   |      | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |  |
| 200          | Кофейный напиток злаков  | ый   | ККал-102, Белки-3, Жиры-4, У/в-14  |  |
| 200          | на молоке  |      | ,, - · · ·   |  |
|              | Кофейный напиток, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сскар                              |      |  |  |
|              | Итого за Завти   | ar 1 | ККал-649, Белки-23, Жиры-19, У/в-112   |  |

Итого за Завтрак 1

Ито о за ККал-649, Белки-23, Жиры-19, У/в-112

СОГЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7 Черкасова Марина Николаевна

Nº 7

OIII

AR OBNAC

ответстве. Утверждаю рентор проститания вужина от в 28.09.2021

"Комбинат школьного питания"

### Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г)      | Наименование блюда                                 |                           | пки (г), углеводы (г),<br>иикроэлементы (мг) |
|-------------------|--|---------------------------|--|
| <u> Завтрак 1</u> |  |                           |  |
| 200               | Каша пшенная(Ш)                                    | ККал-181, Белки-5, Жиры-5 | , У/в-28                                     |
|                   | Пшено, Молоко 3,2% жирности, Вода, Масло сливочное | % жирности, Сахар, Соль   |  |
| <i>20</i>         | -Печенье 20гр                                      | ККал-71, Белки-2, У/в-15  |  |
| 10                | Масло сливочное 10гр                               | ККал-75, Жиры-8           |  |
| 10                | Сыр (порциями)                                     | ККал-36, Белки-2, Жиры-3  |  |
| 200               | Чай с молоком(Ш)                                   | ККал-59, Белки-2, Жиры-3, | У/в-5  |
|                   | Чай, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сахар             |                           |  |
| 60                | Хлеб пшеничный 60г                                 | ККал-82, Белки-2, Жиры-1, | У/в-25                                       |
|                   | Итого за Завтр                                     | ККал-504, Белки-14, Жиры- | 21, У/в-72                                   |

Итого за Ккал-504, Белки-14, Жиры-21, У/в-72

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №7
Черкасова Марина Николаевна

IR OSNACTO W 1 \* WA

Nº 7

УТВЕРЖДАЮ
ГРН ТРенеральный директор
ООО Комбинат школьного
питания"

4 Букина: ОЕВ

29.09.2021

"Комбинат школьного питания"

Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г)  | Наименование блюда                              | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |  |  |  |
|---|---|--|--|--|--|
|   | <u>Завтрек 1</u>                                |  |  |  |  |
| <i>150</i>  | Пудинг из творога запечен                       | <b>ый</b> ККал-408, Белки-20, Жиры-26, У/в-20                                  |  |  |  |
| Творог 9% жирности, Крупа манная, Масло сливочное 82,5% жирности, Сахар, Яйцо 1категории, Сухари<br>пшеничные, Вода, Сметана 15% жирности, Соль, Ван илин |   |  |  |  |  |
| 50  | Соус вишневый                                   | ККал-130, У/в-32   |  |  |  |
|   | Сахар, Вишня, Вода                              |  |  |  |  |
| 10  | Масло сливочное 10гр                            | ККал-75, Жиры-8  |  |  |  |
| 20  | Хлеб пшеничный, 20гр                            | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |  |  |  |
| 200   | <b>Чай с сахаром, 200гр</b><br>Чай, Сахар, Вода | ККал-45, У/в-12  |  |  |  |
| 100   | Фрукт 100 гр                                    | ККал-33, Белки-1 <b>,</b> У/в-8  |  |  |  |
|   | Итого за Завт                                   | рак 1 ККал-829, Белки-25, Жиры-36, У/в-114                                     |  |  |  |

СОГЛАСОВАНО Директор МБОУ СОШ №7

Ито го за ККал-829, Белки-25, Жиры-36, У/в-114

ом ответсть. Утверждаю огругованый директор прости и про

"Комбинат школьного питания"

Меню МБОУ СОШ №7 7-11 лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|--|--|
|              | <u>Завтрак 1</u>   |  |
| 200          | Каша рисовая(Ш)  | ККал-251, Белки-5, Жиры-7, У/в-40  |
|              | Крупа рисовая /круглая/, Молоко 3,2% жирности, Сах ір, Масл                                | по сливочное 82,5% жирности, Вода, Соль  |
| 10           | Сыр (порциями)   | ККал-36, Белки-2, Жиры-3   |
| 200          | Кофейный напиток злакосый  | ККал-102, Белки-3, Жиры-4, У/в-14  |
| 200          | на молоке  | . Ran-102, велки-5, жиры-4, У/в-14   |
|              | Кофейный напиток, Вода, Молоко 3,2% жирности, Сохар  |  |
| 40           | Хлеб пшеничный, 40гр   | ККал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-33  |
| 50           | Булочка с изюмом или   | 100 127 Farma A 20 2 X/- 42  |
| 30           | выпечка п/п  | ККал-137, Белки-4, Жиры-2, У/в-42  |
|              | Мука пшеничная, Молоко 3,2% жирности, Сахар, Масло сливо<br>Изюм, Соль, Масло растительное |  |
|              | Итого за Завтрак 1   | ККал-636, Белки-18, Жиры-16, У/в-129   |

**того за Завтрак 1** ККал-636, Белки-18, Жиры-16, У/в-129

Ито о за ККад 636, Белки-18, Жиры-16, У/в-129

СОГЛАСОВАНО
Директој МБОУ СОШ №7
Черкагова Извина Николаевна