«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МОУ «ЛСОШ №7»
_____/С.И. Абрамова/

**Ежедневное меню МОУ «ЛСОШ №7»**
**на 2022-2023 учебный год**

**Меню для детей в трудной жизненной ситуации (сопзащита)**

**Понедельник, 1 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Сосиска отварная | 75 | 198 | 26-00 |
| Рожки отварные | 150 | 191 | 10-00 |
| Хлеб | 80 | 212 | 2-00 |
| Чай | 200 | 62 | 2-00 |
| Банан | 249 | 195 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Вторник, 1 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Плов куриный | 150 | 487 | 33-00 |
| Хлеб | 80 | 212 | 5-00 |
| Чай | 200 | 62 | 2-00 |
| Банан | 249 | 195 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Среда, 1 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Гуляш из курицы | 50 | 236 | 23-00 |
| Рожки отварные | 150 | 198 | 10-00 |
| Хлеб | 80 | 212 | 5-00 |
| Чай | 200 | 62 | 2-00 |
| Яблоко | 206 | 63 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Четверг 1 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Котлета жареная | 50 | 151 | 23-00 |
| Греча отварная | 150 | 215 | 10-00 |
| Хлеб | 80 | 212 | 5-00 |
| Чай | 200 | 62 | 2-00 |
| Апельсин | 216 | 66 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Пятница, 1 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Плов куриный | 150 | 487 | 33-00 |
| Хлеб | 80 | 212 | 5-00 |
| Чай | 200 | 62 | 2-00 |
| Яблоко | 342 | 36 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Понедельник, 2 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Макароны отварные с маслом | 150 | 191 | 8-00 |
| Печень по-строгановски | 50/50 | 195 | 25-90 |
| Хлеб ржаной | 40 | 103 | 1-60 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 109 | 2-50 |
| Чай | 200 | 62 | 2-00 |
| Яблоко | 342 | 36 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Вторник, 2 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Пюре картофельное с маслом | 150 | 147 | 10-00 |
| Азу из говядины | 30/50 | 121 | 23-90 |
| Хлеб ржаной | 40 | 103 | 1-60 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 109 | 2-50 |
| Апельсин | 216 | 66 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Среда, 2 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Картофельное пюре | 150 | 141 | 10-00 |
| Рыба тушеная | 50 | 85 | 23-90 |
| Хлеб ржаной | 40 | 103 | 1-60 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 109 | 2-50 |
| Чай сладкий | 200 | 62 | 2-00 |
| Груша | 206 | 63 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Четверг, 2 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Цена, руб. |
|---|---|---|---|
| Тефтели мясные с соусом | 60/40 | 151 | 24-90 |
| Греча отварная с маслом | 150 | 215 | 9-00 |
| Хлеб ржаной | 40 | 103 | 1-60 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 109 | 2-50 |
| Чай | 200 | 62 | 2-00 |
| Банан | 249 | 195 | 27-41 |
| | | Итого | 67-41 |

**Пятница, 2 неделя**

| Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб. |
|---|---|---|
| Рис отварной с маслом | 150 | 8-00 |
| Котлета мясная | 50 | 25-90 |
| Хлеб ржаной | 40 | 1-60 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2-50 |
| Чай | 200 | 2-00 |
| | Итого | 40-00 |