


## Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7»

**«5» октября 2023**

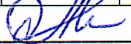
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 4	Четверг						
	Тефтели с рисом ,мясом (говядины)	90	45	8	8,4	0	89,7
1й прием пищи	Каша гречневая рассыпчатая	150	15	6,25	6,3	36	233,7
завтрак	Соус красный основной	30	2	0,1	0,7	2,7	21,3
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
	Компот из сухофруктов	180	7	0,5	0	21	94,5
	<b>Итого за день</b>	<b>490</b>	<b>71</b>	<b>18,25</b>	<b>15,8</b>	<b>80,8</b>	<b>584,7</b>

Директор МАОУ \_\_\_\_\_  С В Милова

Повар П О"Общепит" \_\_\_\_\_  М В Щемак

## Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12лет и старше «5» октября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	у	Энергетическая ценность
День 4	четверг						
1й прием пищи	Тефтели с мясом рисом	100	51	8	6,4	0	89,7
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	15	8,25	6,3	36	233,7
	Соус красный основной	30	2	1	0,7	2,7	21,3
	Компот с\ф	200	8	0,5	0	21	94,5
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
		<b>560</b>	<b>78</b>	<b>21,15</b>	<b>13,8</b>	<b>80,8</b>	<b>584,7</b>

Директор МАОУ \_\_\_\_\_  С В Милова

Повар П О"Общепит" \_\_\_\_\_  И А Апанасенок

**Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» обеды  
12лет и старше «5» октября 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	у	Энергетическая ценность
День 4	четверг						
2й прием пищи	Свекла вареная дольками	60	6	0,9	0,1	5,2	25,2
обед	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	250	17	2,03	6,15	16,6	190,1
	Голубцы ленивые с мясом	90	38	8,4	7,6	19,4	288,4
	Макаронны отварные	150	7	5,4	4,9	52,9	196,8
	Соус красный основной	30	2	1	0,7	2,7	21,3
	Сок натуральный	200	13	0	16	0,2	45
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
	<b>Итого за день</b>	<b>830</b>	<b>85</b>	<b>21,13</b>	<b>35,85</b>	<b>110</b>	<b>832,3</b>

Директор МАОУ \_\_\_\_\_ *С В* С В Милова

Повар П О "Общепит" \_\_\_\_\_ *М В* М В Щемак