

**Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 7-11 лет
«6» октября 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 5	пятница						
1й прием	Плов из курицы	200	45	14,2	18,1	35,2	324,6
завтрак	Чай с/с	180	2	0,2	0,1	6,4	25,4
	Хлеб пшеничный 1 с	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
	Фрукт (Яблоко)	100	15,05	0,6	0,6	14,7	66,6
	Итого за день	520	64,05	18,4	18,6	77,4	562,1

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ М В Щемак

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

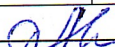
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Белки	Жиры	Уг-ды	Энергетическая ценность
День 5	Пятница						
1й прием	Плов из мясо кур	225	45	27,2	8,1	33,2	314,6
завтрак	Чай с/с	200	3	0,2	0	6,4	25,4
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
		505	50	31,4	9,1	75,4	553,5

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенок

**Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» обеды
12лет и старше «6» октября 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 5	пятница						
2й прием пищи	С-т капусты с морковью	60	9	3	6,1	3,8	81,5
обед	Суп лапша домашняя	250	14	3,15	2,7	22,65	187,5
	Тефтели из говядины	90	45	13,5	13,2	17,2	199,65
	Каша перловая	150	8	4,43	5,25	30,45	187,13
	Чай с лимоном	200	5	0,3	0	6,6	27,9
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
	Итого за день		83	25,68	27,75	103,8	829,18

Директор МАОУ  С В Милова

Повар П О "Общепит"  М В Щемак