

Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 7-11 лет

«25» сентября 2023 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 6	Понедельник						
1й прием пищи	Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным	200	18	5,2	9,2	28,6	270,4
завтрак	Какао с молоком	200	9	4,7	3,5	12,5	100,4
	Хлеб Рябинушка иодированный ТУ 900115-004-49872579-04	40	2	3,4	0,5	29,1	140,6
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	10	2,8	7,4	0	89,6
	Итого за день	500	39	16,1	20,6	70,2	601

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ М В Щемак

Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12 лет и старше «25» сентября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Белки	Жиры	Уг-лы	Энергетическая ценность
День 6	Понедельник						
1й прием пищи	Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным	200	20	8,2	9,2	38,6	270,4
автрак	Какао с молоком	200	10	4,7	3,5	12,5	100,4
	Хлеб Рябинушка иодированный ТУ 900115-004-49872579-04	40	2	4,6	0,5	29,1	145,6
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	10	5,8	7,4	0	89,6
	Итого за день	495	42	23,3	20,6	80,2	606

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенок

Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12лет и старше «25» сентября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 6	понедельник						
2й прием пищи	Овощи в нарезке (огурец)	60	12	0,7	0,1	2,3	22,8
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	12	3,08	2,6	20,35	127,5
	Тефтели из говядины	90	45	13,5	13,2	10,2	172,65
	Каша гречневая рассыпчатая	180	17	9,96	7,56	43,2	280,44
	Соус красный основной	30	2	1	0,7	2,7	21,3
	Компот из с/ф	200	8	0,5	0	19,8	31
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
	Итого за день		98	31,51	24,56	119,65	855,39

Директор МАОУ  С В Милова

Повар П О "Общепит"  М В Щемак