

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

«27 » сентября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 8	Среда						
завтрак	Гуляш из курицы	90	48	10,2	10,9	0,8	176,6
	Каша гречневая рассыпчатая	150	15	3,5	4,8	24	155,8
	Компот из с\ф	180	7	0,5	0	12,8	81
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	19,7	105,5
	Фрукты (Банан)	120	18,05	0,2	0,7	30,5	137
	Итого за день	580	90,05	17,81	16,8	87,8	655,9

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ М В Щемак

Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12лет и старше «27» сентября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Белки	Жиры	Уг-ды	Энергетическая ценность
День 8	Среда						
1й прием пищи	Гуляш из мяса кур	90	48	20,2	10,9	0,8	176,6
	Каша гречневая рассыпчатая	150	15	5,5	6,5	36	233,7
завтрак	Компот из с\ф	200	8	0,5	0	19,8	81
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	29,7	145,5
	Фрукт (банан)	140	22,05	2,2	0,7	30,5	137
	Итого за день	620	95,05	31,8	18,5	116,8	773,8

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенок

**Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12лет и
старше «27» сентября 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 8	среда						
2й прием пищи	Овощи в нарезке (помидор)	60	12	0,7	0,1	2,3	22,8
обед	Рассольник Ленинградский	250	17	2,4	6,43	16,53	193,33
	Биточки из мяса кур	100	30	19,29	7,56	43,2	188,76
	Картофельное пюре	180	18	3,2	5,2	19,8	199,4
	Чай с/с	200	3	0,2	0,1	6,6	27,9
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
	Итого за день	830	82	29,1	19,79	109,53	777,69

Директор МАОУ  С В Милова.

Повар П О "Общепит"  М В Щемак.