


Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11 лет «19» апреля 2024г


Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 5	пятница						
завтрак	Плов из курицы	200	14,2	18,1	35,2	324,6	54-16м
	Чай с/с	180	0,2	0,0	6,4	25,4	54-2г
	Хлеб пшеничный 1 с	40	3,4	0,4	21,1	145,5	Пром
	Фрукт (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	66,6	пром
	Итого за завтрак	570	18,4	18,6	77,4	562,1	
Второй завтрак	корж молочный	40	1,2	1,45	24	108	пром
	Чай с/с	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
	Итого за второй завтрак	710					

Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  М В Щемак

Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше «19» апреля 2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 5	Пятница						
завтрак	Плов из мясо кур	270	27,2	18,9	33,2	314,6	54-16м
	Чай с лимоном	200	0,2	0	6,4	25,4	54-4гн
	Хлеб пшеничный	80	3,4	0,4	29,5	145,5	пром
	Итого за завтрак	550	30,8	19,3	70,2	553,5	
Второй завтрак	Булка мальшок	40	3,4	6,22	30	79,8	пром
	Чай с лимоном	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
	Итого за второй завтрак	690					

Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  И А Апанасенок

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет
и старше обеды «19» апреля 2024г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 5	пятница						
обед	С-т капусты с морковью	60	1	6,1	3,8	81,5	54-8з
	Щи из св капуст картоф со сметаной	200	3,15	2,7	22,65	187,5	54-7с
	Тефтели из говядины	90	13,5	13,2	17,2	199,65	54-16м
	Каша перловая	180	4,43	5,25	40,45	187,13	54-5г
	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,3	54-3с-с
	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	145,5	пром
	Итого за обед	800	25,68	28,35	114,95	829,18	

Директор МАОУ «СОШ №7» _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенок