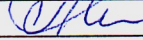


**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11  
« 1» марта 2024г**

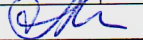
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 10	пятница						
завтрак	Голубцы ленивые с мясом	90	10,06	10,26	14,13	210,96	54-3м
	Макароны отварные	150	3,3	4,9	22,6	196,8	54-1г
	Соус красный основной	30	0,1	0,7	2,7	21,3	54-1с-с
	Чай с\ с лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	105,5	пром
	Фрукты (яблоко...)	130	0,4	0,4	9,58	44,4	Пром
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>640</b>	<b>17,46</b>	<b>16,76</b>	<b>76,71</b>	<b>606,86</b>	
	Второй завтрак	Узелок с творогом	60	1,2	1,45	24	108
Чай с/с		100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>800</b>					

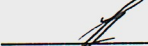
Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  М В Щемак

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше «1» марта 2024г**


Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 10	пятница						
завтрак	Голубцы ленивые с мясом	100	17,66	16,96	14,13	210,96	54-3гн
	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,6	196,8	54-1г
	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,3	54-1с-с
	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	145,5	пром
	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,58	44,4	пром
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>610</b>	<b>25,94</b>	<b>18,76</b>	<b>86,71</b>	<b>646,86</b>	
	Второй завтрак	корж молочный	40	1,2	1,45	24	108
Чай с лимоном		100	0,1	0	3,2	12,7	54-3гн
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>750</b>					


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 «1» марта 2024г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 10	пятница						
обед	Винегрет овощной	60	0,6	5,3	4,1	67,1	54-16з
	Борщ с картофелем с капустой со сметаной	200	2,13	5,33	12,1	192,1	54-2с
	Бефстроганов из мяса кур	90/60	19,32	17,41	19,07	209,79	54-1м
	Макароны отварные	180	5,4	4,9	54,8	196,8	54-1г
	Чай с/с	200	0,2	0,1	16,5	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	145,5	пром
	<b>Итого за обед</b>	<b>830</b>	<b>31,05</b>	<b>34,4</b>	<b>127,67</b>	<b>838,79</b>	

Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  И А Апанасенок