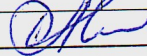



Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11 лет «4» марта 2024г

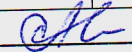
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 1							
завтрак	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным.	180	5,5	9,1	33,9	287,4	54-6к
	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,6	100,4	54-21гн
	Хлеб Йодированный	80	3,4	0,5	29,5	145,95	пром
	Яйцо вареное	40	3,28	4,76	0,36	71,5	54-1я
	Итого за завтрак	500	16,88	17,86	76,26	605,25	
Второй завтрак	Ватрушка с творогом	60	3,4	6,22	30	79,8	пром
	Какао с молоком	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
	Итого за второй завтрак						

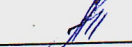
Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  М В Щемак

Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше «4» марта 2024г

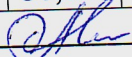
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 1	Понедельник						
завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная м/с	200	7,5	9,8	33,9	247,4	54-6к
	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	54-21гн
	Хлеб йодированный	80	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром
	Яйцо вареное	40	6,28	4,76	0,36	71,5	54-1я
	Итого за завтрак	520	23,08	18,86	76,26	559,8	
Второй завтрак	Ватрушка с творогом	60	1,2	1,45	24	108	пром
	Какао с молоком	100	2,35	1,75	6,25	50,2	54-21гн
	Итого за второй завтрак	680					

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 «4» марта 2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 1	понедельник						
обед	Салат из моркови с яблоком	60	0,6	6,1	4,3	74,2	
	Рассольник Ленинградский	200	2,4	6,43	16,53	163,33	
	Шницель из мяса кур	100	19,2	7,56	43,2	168,76	
	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	
	Соус сметанный	30	0,45	2,46	0,96	27,87	
	Чай с/с	200	0,0	16	0,2	45	
	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	21,1	145,5	
	Итого за обед	800	30,65	27,85	119,89	821,46	

Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  И А Апанасенок