

**Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 7-11 лет
«26» января 2024г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 5	пятница						
1й прием	Плов из курицы	200	50	14,2	18,1	35,2	324,6
завтрак	Чай с/с	180	2	0,2	0,0	6,4	25,4
	Хлеб пшеничный 1 с	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
	Фрукт (Яблоко)	150	23,15	0,6	0,6	14,7	66,6
	Итого за день	570	77,15	18,4	18,6	77,4	562,1
	ОВЗ: корж молочный	40	6	1,2	1,45	24	108
	Чай с/с	100	1	0,1	0	3,2	12,7
		710	84,15				

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ М В Щемак

**Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12 лет и старше
«26» января 2024г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Белки	Жиры	Уг-ды	Энергетическая ценность
День 5	Пятница						
1й прием	Плов из мясо кур	270	50	27,2	18,9	33,2	314,6
завтрак	Чай с лимоном	200	4	0,2	0	6,4	25,4
	Хлеб пшеничный	80	2	3,4	0,4	29,5	145,5
		550	56	30,8	19,3	70,2	553,5
	ОВЗ: Булка малышок	40	8	3,4	6,22	30	79,8
	Чай с лимоном	100	3	0,1	0	3,2	12,7
		690	67				

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенок

**Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» обеды
12лет и старше «26»января 2024г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 5	пятница						
2й прием пищи	С-т капусты с морковью	60	9	1	6,1	3,8	81,5
обед	Щи из св капуст картоф со сметаной	200	13	3,15	2,7	22,65	187,5
	Тефтели из говядины	90	45	13,5	13,2	17,2	199,65
	Каша перловая	180	8	4,43	5,25	40,45	187,13
	Соус красный основной	30	2	1	0,7	2,7	21,3
	Чай с лимоном	200	5	0,3	0	6,6	27,9
	Хлеб пшеничный	40	2	3,4	0,4	21,1	145,5
	Итого за день		82	25,68	28,35	114,95	829,18

Директор МАОУ _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенко