
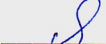


**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11 лет «6» декабря 2024**

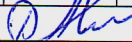
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 5	пятница						
завтрак	Плов из курицы	200	14,2	18,1	35,2	324,6	54-16м
	Чай с/с	180	0,2	0,0	6,4	25,4	54-2г
	Хлеб пшеничный 1 с	40	3,4	0,4	21,1	145,5	Пром
	Фрукт (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	66,6	пром
	<b>Итого за завтрак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

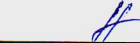
Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  А А Яковлев

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше «6» декабря 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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>30,8</b>	<b>19,3</b>	<b>70,2</b>	<b>553,5</b>	
Второй завтрак	Булка малышок	40	3,4	6,22	30	79,8	пром
	Чай с лимоном	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
	<b>Итого за второй завтрак</b>	<b>690</b>					

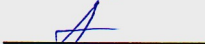
Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  И А Апанасенок

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет  
и старше обеды «6» декабря 2024г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 5	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