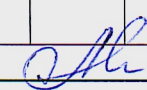
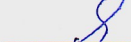


**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11 лет «13» декабря 2024**

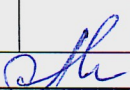
| Прием пищи     | Наименование блюда             | Вес блюда  | Б           | Ж           | У           | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| День 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> |             |             |             |                         |             |

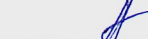
Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  А А Яковлев

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше «13» декабря 2024г**

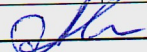
| Прием пищи     | Наименование блюда             | Вес блюда  | Б           | Ж           | У           | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| День 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 «13» 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