

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11
«16» декабря 2024г**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Б | Ж | У | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------|---|------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| День 6 | понедельник | | | | | | |
| завтрак | Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным | 200 | 6,2 | 9,2 | 32,6 | 270,4 | 54-7к |
| | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 54-21гн |
| | Хлеб йодированный | 80 | 3,4 | 0,5 | 29,1 | 140,6 | Пром |
| | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 2,8 | 5,4 | 0 | 89,6 | 54-1з |
| | Итого за завтрак | 500 | 17,1 | 18,6 | 74,2 | 601 | |
| Второй завтрак | Ватрушка с творогом | 60 | 1,2 | 1,45 | 3,3 | 13,95 | Пром |
| | Какао с молоком | 100 | 2,35 | 1,75 | 6,25 | 50,2 | 54-21гн |
| | Итого за второй завтрак | 660 | | | | | |

Директор МАОУ «СОШ №7» _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ А А Яковлев

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12лет
и старше «16» декабря 2024г**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Б | Ж | У | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------|---|------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| День 6 | понедельник | | | | | | |
| завтрак | Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным | 250 | 8,2 | 9,2 | 38,6 | 270,4 | 54-7к |
| | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 54-21гн |
| | Хлеб йодированный | 80 | 4,6 | 0,5 | 29,1 | 145,6 | пром |
| | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 5,8 | 7,4 | 0 | 89,6 | 54-1з |
| | Итого за завтрак | 550 | 23,3 | 20,6 | 80,2 | 606 | |
| 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 | 710 | | | | | |

Директор МАОУ «СОШ №7» _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенок

обедаы

Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше обедаы «16» декабря 2024г

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Б | Ж | У | Энергетическая ценность | № рецептур ы |
|------------|----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| День 6 | 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