Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11 лет «5» марта 2025г

Прием	Наименование блюда	Bec	Б	Ж	У		Nº
пищи		блюда			3	Энергетическ	рецепту
					12	ая ценность	ры
День 3	среда						
завтрак	Капуста тушеная с	200	11,8	17,28	12,8	192,92	54-10м
-	курицей					<i>''</i>	
	Чай с/с	180	0,2	0	6,4	25,4	54-2гн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	145,5	пром
	Фрукт (яблоко)	150	2,3	0	33,6	154,95	пром
	Итого за завтрак	570	17,7	17,68	73,9	518,77	
Второй	Булка Малышок	60	3,4	6,22	30	79,8	пром
завтрак	4.7500						
	Чай с/с	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
	Итого за второй	720					
	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 «5» марта 2025г

Прием	Наименование блюда	Bec	Б	Ж	У		Nº
пищи		блюда				Энергетич	рецептуры
						еская	
						ценность	
День 3	Среда						
завтрак	Капуста тушеная с	225	16,8	18,28	10,4	182,92	54-10м
	курицей						
	Чай с лимоном	200	0,2	0	6,4	25,4	54-2гн
	Хлеб пшеничный1с	40	3,4	0,4	21,1	145,5	Пром
	Фрукт (яблоко)	180	2,3	0	33,6	145,95	Пром
	Итого за завтрак	605	22,7	18,68	94,37	625,78	
Второй	;Булка малышок	65	1,2	1,45	24	108	Пром
завтрак							
	Чай с\с	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
	Итого за второй	770					
	завтрак		An				

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 «5» марта 2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	ж	У	Энергетич еская ценность	№ рецептур ы
День 3	среда						
обед	Свекла вареная дольками	60	0,7	0,1	2,3	22,8	54-33
СССД	Рассольник Ленинградский	200	2,4	6,43	16,53	193,33	54-3c
	Биточки из мяса кур	90	19,29	7,56	43,2	288,76	54-23м
	Картофельное пюре	180	5,4	5,2	32,2	199,4	54-11г
	Чай с\с	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-2гн
	Хлеб пшеничный	80	3,4	0,4	21,1	145,5	пром
	Итого за день	810	29,1	29,79	122,53	877,69	

Директор МАОУ«СОШ №7» _____ С В Милова
Повар П О"Общепит" _____ И А Апанасенок