


**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11  
«6» марта 2025г**


| Прием пищи     | Наименование блюда              | Вес блюда  | Б            | Ж           | У           | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------|---------------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| День 4         | Четверг                         |            |              |             |             |                         |             |
| завтрак        | Тефтели с рисом ,мясом говядины | 90         | 8            | 8,4         | 0           | 89,7                    | 64-16м      |
|                | Каша гречневая рассыпчатая      | 150        | 6,25         | 8,3         | 33,5        | 233,7                   | 54-4г       |
|                | Соус красный основной           | 30         | 0,1          | 0,7         | 2,7         | 21,3                    | 54-1с-с     |
|                | Хлеб пшеничный                  | 40         | 3,4          | 0,4         | 21,1        | 145,5                   | пром        |
|                | Компот из сухофруктов           | 200        | 0,5          | 0           | 21          | 94,5                    | 54-1хн      |
|                | <b>Итого за завтрак</b>         | <b>510</b> | <b>18,25</b> | <b>17,8</b> | <b>78,3</b> | <b>584,7</b>            |             |
| Второй завтрак | Плюшка с /с                     | 75         | 3,4          | 6,22        | 30          | 79,8                    | пром        |
|                | Компот из с/ф                   | 100        | 0,25         | 0           | 10,5        | 47,25                   | 54-1хн      |
|                | <b>Итого за второй завтрак</b>  | <b>685</b> |              |             |             |                         |             |


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 «6» марта 2025г**

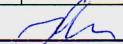
| Прием пищи     | Наименование блюда             | Вес блюда  | Б            | Ж           | У           | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| День 4         | Четверг                        |            |              |             |             |                         |             |
| завтрак        | Тефтели с мясом рисом          | 100        | 8,6          | 8,4         | 0           | 99,7                    | 54-16м      |
|                | Каша гречневая рассыпчатая     | 150        | 8,25         | 9,3         | 36          | 233,7                   | 54-4гн      |
|                | Соус красный основной          | 30         | 1            | 0,7         | 2,7         | 21,3                    | 54-1с-с     |
|                | Компот с/ф                     | 200        | 0,2          | 0           | 6,4         | 94,5                    | 54-2гн      |
|                | Хлеб пшеничный                 | 40         | 3,4          | 0,4         | 21,1        | 145,5                   | Пром        |
|                | <b>Итого за завтрак</b>        | <b>520</b> | <b>21,15</b> | <b>13,8</b> | <b>80,8</b> | <b>594,7</b>            |             |
| Второй завтрак | Плюшка с/с                     | 75         | 3,4          | 6,22        | 30          | 79,8                    | пром        |
|                | Компот с/ф                     | 100        | 0,1          | 0           | 3,2         | 12,7                    | 54-2гн      |
|                | <b>Итого за второй завтрак</b> | <b>695</b> |              |             |             |                         |             |

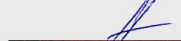
Директор МАОУ«СОШ №7»  С В Милова

Повар П О"Общепит"  И А Апанасенок

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет  
и старше обеды «6» марта 2025г**

| Прием пищи | Наименование блюда            | Вес<br>блюда | Б           | Ж            | У            | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептур<br>ы |
|------------|-------------------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|----------------------------|--------------------|
| День 4     | четверг                       |              |             |              |              |                            |                    |
| обед       | С-т капусты с морковью        | 60           | 1           | 6,1          | 5,8          | 81,5                       | 54-8з              |
|            | Суп картофельный с<br>горохом | 250          | 5,5         | 7,06         | 19,9         | 196                        | 54-8с              |
|            | Плов из мяса кур              | 225          | 21,7        | 18,1         | 48,2         | 324,6                      | 54-24м             |
|            | Компот из с/ф                 | 200          | 0,5         | 0            | 19,8         | 81                         | 54-1хн             |
|            | Хлеб пшеничный                | 80           | 3,4         | 0,4          | 21,1         | 145,5                      | пром               |
|            | <b>Итого за день</b>          | <b>815</b>   | <b>31,9</b> | <b>32,36</b> | <b>114,8</b> | <b>826,6</b>               |                    |

Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  И А Аланасенок