


Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11 лет «19» марта 2025г


Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 3	среда						
завтрак	Капуста тушеная с курицей	200	11,8	17,28	12,8	192,92	54-10м
	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 завтрак	Булка Малышок	60	3,4	6,22	30	79,8	пром
	Чай с/с	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
	Итого за второй завтрак	720					

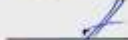
Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  М В Щемак

Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше «19» марта 2025г


Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 3	Среда						
завтрак	Капуста тушеная с курицей	225	16,8	18,28	10,4	182,92	54-10м
	Чай с лимоном	200	0,2	0	6,4	25,4	54-2гн
	Хлеб пшеничный	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 завтрак	Булка малышок	65	1,2	1,45	24	108	Пром
	Чай с/с	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2гн
	Итого за второй завтрак	770					


Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  И А Апанасенко

Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше обеды «19» марта 2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 3	среда						
обед	Свекла вареная дольками	60	0,7	0,1	2,3	22,8	54-3з
	Рассольник Ленинградский	200	2,4	6,43	16,53	193,33	54-3с
	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