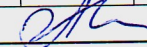



**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11  
«13» ноября 2024г**

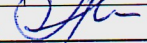
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 8	среда						
завтрак	Гуляш из курицы	90	10,2	11,3	0,8	176,6	51-6м
	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,5	4,8	24	155,8	54-4г
	Компот из с\ф	180	0,5	0	12,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,7	105,5	Пром
	Фрукты (Банан)	130	0,2	0,7	30,5	137	пром
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>17,81</b>	<b>17,1</b>	<b>77,8</b>	<b>655,9</b>
Второй завтрак	Кекс столичный	50	1,2	1,45	24	108	пром
	Компот из с\ф	100	0,25	0	10,5	47,25	54-1хн
	<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>740</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» ноября 2024г**

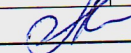
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 8	среда						
завтрак	Гуляш из мяса кур	90	20,2	10,9	0,8	176,6	51-6м
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,5	6,5	36	233,7	54-4г
	Чай с /лимоном	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	29,7	145,5	Пром
	Фрукт (,,)	100	2,2	0,7	30,5	137	пром
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>31,8</b>	<b>18,5</b>	<b>116,8</b>	<b>773,8</b>
Второй завтрак	Узелок с творог	60	1,2	1,45	24	108	пром
	Чай с /лимоном	100	0,25	0	8,4	40,5	54-1гн
	<b>Итого за второй завтрак</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» ноября 2024г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 8	среда						
обед	Салат из моркови с яблоком	60	0,6	66,1	4,3	74,2	54-11з
	Борщ с картофелем с капустой со сметаной	200	2,13	5,33	22,1	152,8	54-2с
	Биточки из мяса говядины	90	13,44	10,72	14,88	265,56	54-6м
	Макаронны отварные	150	9,96	7,16	54,8	168,76	54-4г
	Соус сметанный	30	0,45	2,06	0,96	27,87	54-1с-с
	Чай с/с	200	0,2	0	6,6	27,9	54-2-гн
	Хлеб пшеничный	80	3,4	0,4	21,1	145,5	пром
	<b>Итого за обед</b>	<b>820</b>	<b>30,28</b>	<b>30,77</b>	<b>114,74</b>	<b>890,63</b>	

Директор МАОУ «СОШ №7»  С В Милова

Повар П О "Общепит"  И А Апанасенок