

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11
«7» октября 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» Милова С В Милова

Повар П О "Общепит" Щемак М В Щемак

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12лет
и старше «7» октября 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					

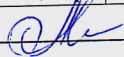
Директор МАОУ «СОШ №7» Милова С В Милова

Повар П О "Общепит" Апанасенко И А Апанасенко

обеда

Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет и старше обеда «7» октября 2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
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