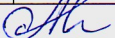


**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 7-11
«27» января 2025г**


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	Плюшка с/с	75	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	675					

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 «27» января 2025г

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»  С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенок

**Ежедневное меню МАОУ «СОШ №7» Возрастная категория 12 лет
и старше обеды ~~27~~ января 2025г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 10	пятница						
обед	С-т капусты с морковью	60	1	6,1	3,8	81,5	54-8з
	Щи из св капуста картоф со сметаной	200	3,15	2,7	22,65	187,5	54-7с
	Тефтели из говядины	90	13,5	13,2	17,2	199,65	54-16м
	Каша перловая	180	4,43	5,25	40,45	187,13	54-5г
	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,3	54-3с-с
	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	145,5	пром
	Итого за обед	800	25,68	28,35	114,95	829,18	

Директор МАОУ «СОШ №7» _____ С В Милова

Повар П О "Общепит" _____ И А Апанасенок