Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 7-11 лет

«30 » сентября 2022

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 10	Пятница						
1й прием пищи	Бефстроганов из отварной курицы	90	30	2,94	16,03	25,57	279,72
завтрак	Макароны отварные	150	6	12,8	15	46,14	275
	Чай с\ с лимоном	200	5	0,13	0,02	19,8	62
	Хлеб дарницкий	40	2	2,84	0,4	22,3	93
	Печенье песочное без кремовое	50	6	12	1,45	19,8	140
	Итого за день	**530**		**27,87**	**32,5**	**106,71**	**756,72**

Директор МАОУ_____С В Милова

Повар П О"Общепит"_____М В Щемак

Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12лет и старше «30 »сентября 2022

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 10	Пятница						
1й прием пищи	Биточки запеченные соусом	100	46	23,2	20,33	39,15	512,64
завтрак	Рагу овощное	150	13	2,04	11,43	64,11	120
	Чай с\с	200	3	1	0	20,2	94
	Хлеб пшеничный 1\с	40	2	2,84	0,4	25	83,6
	Булка веснушка	50	4	12	1,45	24	108
	Итого за день		**63**	**41,08**	**33,61**	**172,46**	**918,24**

Директор МАОУ_____С В Милова

Повар П О"Общепит"_____М В Пахомов

Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12лет и старше « 30 » сентября 2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	у	Энергетическая ценность
День 10	пятница						
2й прием пищи	Салат Картофельный с соленым огурцом	60	9	0,86	5,11	2,61	59,8
обед	Борщ из св капусты с карофелем	250	11	1,8	6	17,65	185
	Бефстроганов из вареной курицы	90	40	14,8	16,2	34,3	167
	Каша перловая м/с	180	5	5,58	6,96	39,42	224,82
	Компот из с\ф	200	8	0,16	0,16	27,88	114,6
	Хлеб 1 с	40	2	2,84	0,4	22,3	93
	Фрукты	100	15-25	0,2	0,2	10	108
		970	**90-25**	**26,24**	**32,03**	**148,16**	**952,22**

Директор МАОУ_____С В Милова

Повар П О"Общепит"_____М В Щемак