Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 7-11 лет «6 » декабря 2022

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 2	Вторник						
	Бефстроганов из отварной курицы	90	30	4.9	7.9	20	211
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	10	6	12	21.7	102
	Чай с\с и лимоном	200	5	0,6	0	3.1	41
	Хлеб пшеничный 1с	40	2	1.2	0,4	1.1	24
	Фрукты	100	15-50	7.1		42	105
	Итого за день	**580**	**62-50**	**19.8**	**20.3**	**87.9**	**483**

Директор МАОУ_____С В Милова

Повар П О"Общепит"_____ М В Щемак

Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12лет и старше «6» декабря 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
День 2	Вторник						
1й прием пищи	Бефстроганов из оварной курицы	125	40	6	17,09	30,66	285
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая м\с	150	12	15,5	16,01	32,84	231
	Чай с\с лимоном	200	5	0,6	0	3,1	62
	Хлеб пшеничный 1с	40	2	1,2	0,4	1,1	24
	Фрукты	100	15,25	7,1	0,45	32	105
	Итого за день		**74-25**	**30,4**	**33,95**	**99,7**	**707**

Директор МАОУ_____С В Милова

Повар П О"Общепит"_____ И А Апанасенок

Ежедневное меню основного питания МАОУ «СОШ №7» 12лет и старше «6» декабря 2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цена	Б	Ж	у	Энергетическая ценность
День 2	вторник						
2й прием пищи	Салат Витаминный	100	9	1,2	3,9	19,8	93
	Суп картофельный с рисом	250	9	2,2	14	14,9	316
	Рыба тушеная в томатном соусе	100	39	12	10,2	28,9	213
обед	Гороховое пюре	180	7	12	9,2	38,7	200,93
	Соус красный основной	50	2	1,3	2,4	14,2	50
	Кисель из ягодного концентрата	200	6	1,36	-	22,02	106,19
	Хлеб Дарницкий	40	2	1,3	0,4	22,3	24
		940	**74**	**31,36**	**40,1**	**160,82**	**1003,12**

Директор МАОУ_____С В Милова

Повар П О"Общепит"_____М В Щемак