

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «05» сентября 2023г.

МЕНЮ

на 05 сентября 2023г. МКОУ «Заплавинская СОШ» 7-11 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Фрикадельки из птицы с соусом 297/593 | 90/30 | 16,0 | 12,8 | 8,0 | 191,4 | 297/593 | 2011/2004 |
| Каша гречневая рассыпчатая №341К | 150 | 6,1 | 4,8 | 27,8 | 178,2 | 341К | 2016 |
| Чай с сахаром и лимоном №377 | 200/15/7 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | 377 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 532 | 25,4 | 17,8 | 70,5 | 521,5 | | |
| 2-й Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 50/20 | 3,4 | 14,9 | 20,9 | 231,1 | 1,ТТК№7 | 2011 |
| Напиток из плодов шиповника №388 | 200 | 0,7 | 0,3 | 18,8 | 132,5 | 388 | 2011 |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «05» сентября 2023г.

МЕНЮ

на 05 сентября 2023г. МКОУ «Заплавинская СОШ» 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Фрикадельки из птицы с соусом 297/593 | 100/30 | 17,8 | 14,2 | 8,8 | 212,6 | 297/593 | 2011/2004 |
| Каша гречневая рассыпчатая №341К | 180 | 7,3 | 5,7 | 33,3 | 213,8 | 341К | 2016 |
| Чай с сахаром и лимоном №377 | 200/15/7 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | 377 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 572 | 28,4 | 20,1 | 768 | 578,3 | | |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.