

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «18» декабря 2023г.

МЕНЮ

На 18 декабря 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			
Вариант-1		Завтрак					
Каша вязкая молочная рисовая №174	150	4,2	7,2	30,5	205,1	174	2011
Кофейный напиток с молоком №692	200	2,5	3,6	28,7	152,0	692	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
Итого за прием пищи:	540	10,3	11,6	93,0	517,4		
		2-й Завтрак					
Кондитерское изделие (пряник, вафли, печенье)	30	1,8	1,9	22,5	109,0	ТТК№8,9,10	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	2011

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «18» ноября 2023г.

МЕНЮ

На 18 декабря 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			
Вариант-1		Завтрак					
Каша вязкая молочная рисовая №174	200	5,6	9,8	40,6	273,2	174	2011
Кофейный напиток с молоком №692	200	2,5	3,6	28,7	152,0	692	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
Итого за прием пищи:	590	11,7	14,0	103,8	585,7		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.