

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «22» декабря 2023г.

## МЕНЮ

на 22 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-5		Завтрак					
Каша молочная геркулесовая с маслом №302	200	6,0	8,4	36,0	240,5	302	2004
Бутерброд с маслом и повидлом №2	40/10/30	3,3	7,3	31,0	247,3	№2	2004
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15/7	0,3	0,0	14,8	60,0	377	2011
Итого за прием пищи:	502	9,6	15,7	81,8	547,8		
2-й Завтрак							
Бутерброд с маслом	50/20	3,4	14,9	20,9	231,1	1,ТТК№7	2011
Чай с сахаром №376	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	376	2011

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:  
Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»  
Г.В.Кондратьева «22» декабря 2023г.

## МЕНЮ

на 22 декабря 2023г. МКОУ «Заплавинская СОШ» 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Вариант-5	Завтрак						
Каша молочная геркулесовая с маслом №302	250	7,5	10,5	45,0	300,6	302	2004
Бутерброд с маслом и повидлом №2	40/10/20	3,3	7,3	31,0	247,3	№2	2004
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60,0	377	2011
Итого за прием пищи:	552	11,1	17,8	90,8	607,9		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.