

Утверждаю:

Брио директора МКОУ «Заплавинская СОШ»

Порываева Н.В. «16» июня 2025г.

МЕНЮ

на 16 июня 2025г. МКОУ «Заплавинская СОШ» 7-11 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша молочная манная жидккая с маслом №174 | 200 | 5,5 | 6,3 | 33,6 | 213,1 | 311 | 2004 |
| Бутерброд с повидлом №2 | 40/10/30 | 3,3 | 7,3 | 31,0 | 277,3 | 2 | 2004 |
| Чай с сахаром и лимоном №377 | 200/15/7 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 61,6 | 377 | 2011 |
| Итого за прием пиши: | 502 | 9,0 | 13,6 | 7,6 | 552,0 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 60 | 1,3 | 0,4 | 7,7 | 37,0 | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями №103 | 200 | 2,0 | 6,1 | 10,4 | 94,0 | 103 | 2011 |
| Фрикадельки из птицы с соусом №297/593 | 90/30 | 16,0 | 12,8 | 8,0 | 191,4 | 297/593 | 2011/2004 |
| Каша гречневая вязкая №302 | 150 | 6,1 | 4,8 | 27,8 | 178,2 | 302 | 2004 |
| Компот из смеси сухофруктов №349 | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 349 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | TTK№6 | |
| Хлеб пеклеванный | 50 | 3,2 | 0,4 | 20,6 | 98,9 | TTK№7 | |
| Итого за прием пиши: | 820 | 31,6 | 24,7 | 113,4 | 768,8 | | |
| Всего за день: | | 40,6 | 38,3 | 193,0 | 1320,8 | | |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.