

Утверждаю:  
 Врио директора МКОУ «Заплавинская СОШ»  
 Порываева Н.В. «19» июня 2025г.

## МЕНЮ

на 19 июня 2025г. 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			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная геркулесовая №302	200	8,1	11,5	40,8	209,0	302	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>502</b>	<b>11,6</b>	<b>18,8</b>	<b>86,8</b>	<b>547,9</b>		
<b>Обед</b>							
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 из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	135	2004
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	415,0	492	2004
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК№6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК№7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>30,1</b>	<b>29,4</b>	<b>117,4</b>	<b>811,4</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>41,7</b>	<b>48,2</b>	<b>204,2</b>	<b>1359,3</b>		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А