

Утверждаю:
Врио директора МКОУ «Заплавинская СОШ»
Порываева Н.В. «25» июня 2025г.

МЕНЮ

на 25 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			
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200	5,5	6,3	33,6	213,1	311	2004
Бутерброд с повидлом №2	40/10/50	3,3	7,3	31,0	277,3	2	2004
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	421	2016
Итого за прием пищи:	500	10,1	14,6	76,4	551,7		
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
Котлета рубленая с белокочанной капустой №455	90	11,7	13,7	8,0	216,9	455	2004
Каша гречневая вязкая №302	150	6,1	4,8	27,8	178,2	302	2004
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	95,3	647	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК№7	
Итого за прием пищи:	790	27,4	25,6	122,2	812,2		
Всего за день:		37,5	40,2	198,6	1363,9		

Повар: Смирнова Е.В.
Ответственный за питание: Ягловская С.А.