

Утверждаю:
 Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»
 Н.В.Порываева «13» февраля 2026г.

МЕНЮ

На 13 февраля 2026г. 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 | | | |
| 5 день | | Завтрак | | | | | |
| Каша молочная геркулесовая №302 | 200 | 8,1 | 11,5 | 40,8 | 209,0 | 302 | 2004 |
| Бутерброд с маслом и повидлом №2 | 40/10/30 | 3,3 | 7,3 | 31,0 | 277,3 | 2 | 2004 |
| Чай с сахаром №376 | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | 376 | 2011 |
| | | | | | | | |
| | 502 | 11,6 | 18,8 | 86,8 | 544,3 | | |
| Полдник (для детей с ОВЗ) | | | | | | | |
| Кондитерское изделие (пряник, вафли, печенье) | 30 | 1,8 | 1,9 | 22,5 | 109,0 | ТТК №8,9,10 | |
| Чай с сахаром №376 | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | 376 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 245 | 2,0 | 1,9 | 37,5 | 167,0 | | |
| Всего за день: | | 23,0 | 31,4 | 103,9 | 786,2 | | |

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

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Н.В.Порываева «13» февраля 2026г.

МЕНЮ

На 13 февраля 2026г. 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 | | | |
| 5 день | | Завтрак | | | | | |
| Каша молочная геркулесовая №302 | 250 | 10,1 | 14,3 | 51,0 | 261,2 | 302 | 2004 |
| Бутерброд с маслом и повидлом №2 | 50/10/30 | 4,1 | 9,1 | 38,7 | 346,6 | 2 | 2004 |
| Чай с сахаром №376 | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | 376 | 2011 |
| | | | | | | | |
| | 555 | 14,4 | 23,4 | 104,7 | 665,8 | | |
| | | Полдник (для детей с ОВЗ) | | | | | |
| Кондитерское изделие (пряник, вафли, печенье) | 30 | 1,8 | 1,9 | 22,5 | 109,0 | ТТК №8,9,10 | |
| Чай с сахаром №376 | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | 376 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 245 | 2,0 | 1,9 | 37,5 | 167,0 | | |
| Всего за день: | | 23,0 | 31,4 | 10,9 | 786,2 | | |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А