

Утверждаю:  
 Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»  
 Н.В.Порываева «16» февраля 2026г.

## МЕНЮ

на 16 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			
<b>6 день</b>		<b>Завтрак</b>					
Каша вязкая молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом № 175	200	12,2	12,5	30,5	270,8	175	2011
Бутерброд с маслом и повидлом № 2	40/10/30	3,3	3,3	31,0	247,3	2	2004
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60,0	377	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>502</b>	<b>15,8</b>	<b>15,8</b>	<b>76,7</b>	<b>578,1</b>		
<b>Полдник (для детей с ОВЗ)</b>							
Кондитерское изделие(пряник,вафли,печенье)	30	1,8	1,9	22,5	109,0	ТТК №8,9,10	
Чай с сахаром №376	200/15	0,3	0,0	15,0	58	376	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>252</b>	<b>2,0</b>	<b>1,9</b>	<b>37,7</b>	<b>167,0</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>17,8</b>	<b>17,7</b>	<b>114,2</b>	<b>745,1</b>		

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

Утверждаю:  
 Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»  
 Н.В.Порываева «16» февраля 2026г.

## МЕНЮ

На 16 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			
<b>6 день</b>		<b>Завтрак</b>					
Каша вязкая молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом № 175	250	15,3	15,7	38,1	338,5	175	2011
Бутерброд с маслом и повидлом № 2	40/10/30	3,3	3,3	31,0	247,3	2	2004
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60,0	377	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>552</b>	<b>18,9</b>	<b>19,0</b>	<b>84,3</b>	<b>645,8</b>		
<b>Полдник (для детей с ОВЗ)</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>252</b>	<b>2,0</b>	<b>1,9</b>	<b>37,5</b>	<b>167,0</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>20,9</b>	<b>20,9</b>	<b>121,8</b>	<b>812,8</b>		

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