

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Н.В.Порываева «25» февраля 2026г.

## МЕНЮ

на 25 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>3 день</b>		<b>Завтрак</b>					
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная,огурец соленый,свекла отварная, помидор соленый)	60	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК 1,2,3,4,5	
Гречка по-купечески №468	200	21,9	25,3	40,1	425,0	ТТК 486	2024
Чай черный с яблоком №547	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК 547	2025
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>25,7</b>	<b>25,7</b>	<b>69,9</b>	<b>567,5</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	
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	18,8	132,5	388	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>2,5</b>	<b>2,2</b>	<b>41,3</b>	<b>241,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>28,2</b>	<b>27,9</b>	<b>111,2</b>	<b>809,0</b>		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Н.В.Порываева «25» февраля 2026г.

## МЕНЮ

на 25 февраля 2026г. МКОУ «Заплавинская СОШ» 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>3 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная,огурец соленый,свекла отварная, помидор соленый)	100	0,8	0,2	0,2	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Гречка по-купечески №468	230	25,2	29,1	46,1	488,8	ТТК 468	
Чай черный с яблоком №547	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК 547	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>29,3</b>	<b>29,6</b>	<b>76,0</b>	<b>636,4</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	
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	18,8	132,5	388	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>2,5</b>	<b>2,2</b>	<b>41,3</b>	<b>241,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>31,8</b>	<b>31,8</b>	<b>117,3</b>	<b>877,9</b>		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.