

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Н.В.Порываева «26» февраля 2026г.

МЕНЮ

на 26 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 | | | |
| 4 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная, помидор соленый) | 60 | 0,5 | 0,4 | 7,7 | 37,0 | ТТК №1,2,3,4,5,6 | |
| Плов из птицы № 291 | 200 | 15,3 | 19,0 | 31,5 | 385,0 | 291 | 2011 |
| Чай с сахаром №376 | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | 376 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 515 | 19,0 | 19,6 | 73,7 | 571,9 | | |
| Полдник (для детей с ОВЗ) | | | | | | | |
| Кондитерское изделие (пряник,вафли,печенье) | 30 | 1,8 | 1,9 | 22,5 | 109,0 | ТТК № 8,9,10 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 349 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 230 | 1,8 | 1,9 | 41,9 | 186,4 | | |
| Всего за день: | | 20,8 | 21,5 | 115,6 | 758,3 | | |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Н.В.Порываева «26» февраля 2026г.

МЕНЮ

на 26 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 | | | |
| 4 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная, помидор соленый) | 100 | 0,8 | 0,7 | 12,8 | 61,7 | ТТК №1,2,3,4,5,6 | |
| Плов из птицы № 291 | 230 | 17,6 | 21,8 | 39,4 | 442,7 | 291 | 2011 |
| Чай с сахаром №376 | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | 376 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 585 | 21,6 | 22,7 | 86,7 | 654,3 | | |
| Полдник (для детей с ОВЗ) | | | | | | | |
| Кондитерское изделие (пряник,вафли,печенье) | 30 | 1,8 | 1,9 | 22,5 | 109,0 | ТТК № 8,9,10 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 349 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 230 | 1,8 | 1,9 | 41,9 | 186,4 | | |
| Всего за день: | | 23,4 | 24,6 | 128,6 | 840,7 | | |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.