

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «19» марта 2024г.

## МЕНЮ

на 19 марта 2024г. 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>7 день</b>                    |              | <b>Завтрак</b>                   |             |              |                               |             |                  |
| Каша молочная манная жидкая №311 | 200          | 12,0                             | 14,6        | 29,1         | 242,1                         | 311         | 2004             |
| Кофейный напиток с молоком №692  | 200          | 2,5                              | 3,6         | 28,7         | 152,0                         | 692         | 2004             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338      | 100          | 0,4                              | 0,4         | 6,5          | 43,0                          | 338         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                   | 40           | 3,0                              | 0,2         | 19,5         | 91,9                          | ТТК № 6     |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>540</b>   | <b>17,9</b>                      | <b>18,8</b> | <b>83,8</b>  | <b>529,0</b>                  |             |                  |
|                                  |              | <b>Полдник (для детей с ОВЗ)</b> |             |              |                               |             |                  |
| Бутерброд с маслом               | 50/20        | 3,4                              | 14,9        | 20,9         | 231,1                         | 1,ТТК №7    | 2011             |
| Напиток из плодов шиповника №388 | 200          | 0,7                              | 0,3         | 18,8         | 132,5                         | 388         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>270</b>   | <b>4,1</b>                       | <b>15,2</b> | <b>39,7</b>  | <b>363,6</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>            |              | <b>22,0</b>                      | <b>49,2</b> | <b>123,5</b> | <b>892,6</b>                  |             |                  |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «19» марта 2024г.

## МЕНЮ

на 19 марта 2024г. 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>7 день</b>                    |              | <b>Завтрак</b>   |             |             |                               |             |                  |
| Каша молочная манная жидкая №311 | 200          | 12,0             | 14,6        | 29,1        | 242,1                         | 311         | 2004             |
| Кофейный напиток с молоком №692  | 200          | 2,5              | 3,6         | 28,7        | 152,0                         | 692         | 2004             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338      | 150          | 0,6              | 0,6         | 9,8         | 64,5                          | 338         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                   | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5        | 91,9                          | ТТК № 6     |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>590</b>   | <b>18,1</b>      | <b>19,0</b> | <b>87,1</b> | <b>550,5</b>                  |             |                  |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.