

Утверждаю:  
Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»  
Г.В.Кондратьева «19» марта 2025г.

## МЕНЮ

на 19 марта 2025г. 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 |                               |             |                  |
| 8 день                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| Завтрак                          |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| Каша молочная манная жидкая №311 | 200          | 12,0             | 14,6    | 29,1        | 242,1                         | 311         | 2004             |
| Чай с сахаром каркаде №685       | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 60,5                          | 685         | 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     |                  |
| Итого за прием пищи:             | 540          | 15,6             | 15,2    | 70,1        | 437,5                         |             |                  |
| Полдник (для детей с ОВЗ)        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| Бутерброд с маслом и повидлом №2 | 40/10/30     | 3,3              | 3,3     | 31,0        | 247,3                         | 2           | 2004             |
| Чай с сахаром №376               | 200/15       | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | 376         | 2011             |
| Итого за прием пищи:             | 295          | 3,5              | 3,3     | 46,0        | 305,3                         |             |                  |
| Всего за день:                   |              | 19,1             | 18,5    | 116,1       | 742,8                         |             |                  |

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

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «19» марта 2025г.

## МЕНЮ

на 19 марта 2025г. 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 |                               |             |                  |
| 8 день                           |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| Завтрак                          |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| Каша молочная манная жидкая №311 | 200          | 12,0             | 14,6    | 29,1        | 242,1                         | 311         | 2004             |
| Чай с сахаром каркаде №685       | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 60,5                          | 685         | 2004             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338      | 100          | 0,4              | 0,4     | 6,5         | 43,0                          | 338         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                   | 50           | 3,6              | 0,3     | 24,3        | 114,9                         | ТТК № 6     |                  |
| Итого за прием пищи:             | 550          | 16,2             | 15,3    | 74,9        | 460,5                         |             |                  |
| Полдник (для детей с ОВЗ)        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| Бутерброд с маслом и повидлом №2 | 40/10/30     | 3,3              | 3,3     | 31,0        | 247,3                         | 2           | 2004             |
| Чай с сахаром №376               | 200/15       | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | 376         | 2011             |
| Итого за прием пищи:             | 295          | 3,5              | 3,3     | 46,0        | 305,3                         |             |                  |
| Всего за день:                   |              | 19,7             | 18,6    | 120,9       | 765,8                         |             |                  |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

