

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «18» апреля 2024г.

## МЕНЮ

на 18 апреля 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>9 день</b>   |              |                  |             |              |                               |                   |                  |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |             |              |                               |                   |                  |
| 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               | 2004             |
| Хлеб пшеничный  | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5         | 91,9                          | ТТК № 6           |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>515</b>   | <b>19,0</b>      | <b>19,6</b> | <b>73,7</b>  | <b>571,9</b>                  |                   |                  |
| <b>Полдник (для детей с ОВЗ)</b>  |              |                  |             |              |                               |                   |                  |
| Кондитерское изделие(пряник, вафли, печенье)  | 30           | 1,8              | 1,0         | 22,5         | 109,0                         | ТТК№8,9,10        |                  |
| Чай с сахаром каркаде №685  | 200/15       | 0,1              | 0,0         | 17,3         | 59,3                          | 685               | 2004             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>245</b>   | <b>2,0</b>       | <b>1,9</b>  | <b>37,5</b>  | <b>169,5</b>                  |                   |                  |
| <b>Всего за день:</b>   |              | <b>21,0</b>      | <b>21,5</b> | <b>111,2</b> | <b>741,4</b>                  |                   |                  |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «18» апреля 2024г.

## МЕНЮ

на 18 апреля 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>9 день</b>   |              | <b>Завтрак</b>   |             |             |                               |                   |                  |
| 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               | 2004             |
| Хлеб пшеничный  | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5        | 91,9                          | ТТК № 6           |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>585</b>   | <b>21,6</b>      | <b>22,7</b> | <b>86,7</b> | <b>654,3</b>                  |                   |                  |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.