

Утверждаю:  
Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»  
Г.В.Кондратьева «22» мая 2025г.

## МЕНЮ

на 22 мая 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 |                               |                  |                  |
| 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»  
Г.В.Кондратьева «22» мая 2025г.

**МЕНЮ**

на 22 мая 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 |                               |             |                  |
| 4 день                         |              |                  |         |            |                               |             |                  |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.