

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «10» октября 2024г.

МЕНЮ

на 10 октября 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			
9 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	2004
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	1,0	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
Итого за прием пищи:	245	2,0	1,9	37,5	169,5		
Всего за день:		21,0	21,5	111,2	741,4		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «10» октября 2024г.

МЕНЮ

на 10 октября 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			
9 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	2004
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		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.