

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «12» декабря 2023г.

МЕНЮ

на 12 декабря 2023г. 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			
Вариант-7		Завтрак					
Фрикадельки из птицы с соусом 297/593	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4	297/593	2011/2004
Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	341К	2016
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60,0	377	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	532	25,4	17,8	70,5	521,5		
		2-й Завтрак					
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

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «12» декабря 2023г.

МЕНЮ

на 12 декабря 2023г. 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			
Вариант-7		Завтрак					
Фрикадельки из птицы с соусом 297/593	100/30	17,8	14,2	8,8	212,6	297/593	2011/2004
Каша гречневая рассыпчатая №341К	180	7,3	5,7	33,3	213,8	341К	2016
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60,0	377	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	572	28,4	20,1	768	578,3		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.