

Утверждаю:

Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»

Г.В.Кондратьева «20» декабря 2023г.

МЕНЮ

на 20 декабря 2023г. МКОУ «Заплавинская СОШ» 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Вариант-3		Завтрак					
Птица тушеная в соусе №290/593	100	12,3	11,5	3,5	167,0	290/593	2011/2004
Макаронные изделия отварные №203	150	5,5	5,7	33,2	206,4	203	2011
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Итого за прием пищи:	505	20,9	17,4	71,0	524,6		
		2-й Завтрак					
Кондитерские изделия (вафли, пряник, печенье)	30	1,8	1,9	22,5	109,0	ТТК№8,9,10	
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 «20» декабря 2023г.

МЕНЮ

на 20 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-3		Завтрак					
Птица тушеная в соусе №290/593	120	14,8	13,8	4,2	200,4	290/593	2011/2004
Макаронные изделия отварные №203	180	6,6	6,8	39,8	206,4	203	2011
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	114,8	2	2004
Итого за прием пищи:	565	25,2	20,8	83,1	580,9		

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.