

УТВЕРЖДЕНО

Директор  Н. Н. Подмосковная

«12» октября 2023 г.



**МЕНЮ на 12 октября 2023 г**  
**для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся 7-11 лет**  
**МКОУ «Рассветинская СОШ» (4 день)**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	200		410,6	15,3	20,8	39,2
			Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, <u>кауста квашеная,огурец солёный, помидор солёный,свёкла отварная</u> )	60		7,6	0,5	0,1	0,1
	гор.напиток	685	Чай каркаде с сахаром	200/15		60,5	0,2	0,0	15,0
	хлеб	ТТК № 6	Хлеб пшеничный	40	89,98	91,9	3,0	0,2	19,5

**МЕНЮ на 12 октября 2023 г**  
**для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся 12-18 лет**  
**МКОУ «Рассветинская СОШ» (4 день)**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	230		472,0	17,6	21,8	51,0
			Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, <u>кауста квашеная,огурец солёный, помидор солёный,свёкла отварная</u> )	100		12,6	0,8	0,1	1,6
	гор.напиток	685	Чай каркаде с сахаром	200/15		60,5	0,2	0,0	15,0
	хлеб	ТТК № 6	Хлеб пшеничный	40	89,98	91,9	3,0	0,2	19,5

Повар Момотова Ю. Н.

Ответственный за питание Виноградова Н. В.