

УТВЕРЖДЕНО

Директор

К. А. Чернышков



10 января 2024 г

МЕНЮ на 10 января 2024

для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся 7-11 лет

МКОУ «Рассветинская СОШ» (8 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Тефтеля рыбная с томатным соусом	90/30	10,5	10,1	12,2	169,0	239	2011
Картофель отварной или пюре картофельное № 125/128	150	3,0	6,2	24,3	167,0	125/128	2011
Чай с сахаром каркаде № 685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	510	16,7	16,5	71,0	488,4		

МЕНЮ на 10 января 2024

для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся 12-18 лет

МКОУ «Рассветинская СОШ» (8 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Тефтеля рыбная с томатным соусом	100/30	11,7	11,2	13,6	187,8	239	2011
Картофель отварной или пюре картофельное № 125/128	180	3,6	7,4	29,2	204,4	125/128	2011
Чай с сахаром каркаде № 685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	18,5	18,8	77,3	544,6		

Повар Момотова Ю. Н.

Ответственный за питание Виноградова Н. В.