

УТВЕРЖДЕНО

Директор

К. А. Чернышков

от «31 января 2024 г.



МЕНЮ на 31 января 2024 г
для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся 7-11 лет
МКОУ «Рассветинская СОШ» (3 день)

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Котлета рубленая из птицы №294 | 90 | 10,5 | 11,6 | 15,6 | 206,0 | 294 | 2011 |
| Макаронные изделия отварные № 203 | 150 | 5,3 | 5,7 | 33,2 | 206,4 | 203 | 2011 |
| 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: | 502 | 19,1 | 17,5 | 83,5 | 564,3 | | |

МЕНЮ на 31 января 2024 г
для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся 12-18 лет
МКОУ «Рассветинская СОШ» (3 день)

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Котлета рубленая из птицы №294 | 100 | 11,7 | 12,9 | 17,3 | 228,9 | 294 | 2011 |
| Макаронные изделия отварные № 203 | 180 | 6,4 | 6,3 | 36,9 | 229,3 | 203 | 2011 |
| Чай с сахаром и лимоном №377 | 200/15/7 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | 377 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,6 | 0,3 | 24,3 | 114,9 | ТТК№6 | |
| Итого за прием пищи: | 552 | 22,0 | 19,5 | 93,7 | 633,1 | | |

Повар Момотова Ю. Н.

Ответственный за питание Виноградова Н. В.