

УТВЕРЖДЕНО

Директор

К. А. Черненко



21 января 2025 г

**МЕНЮ на 21 января 2025 г**  
**для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся 7-11 лет**  
**МКОУ «Рассветинская СОШ» (7 день)**

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                 |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                  |              |                  |             |             |                               |             |                  |
| Птица тушеная в соусе №290/587  | 100          | 10,0             | 11,5        | 5,5         | 167,0                         | 290/587     | 2011/2004        |
| Каша гречневая рассыпчатая №341 | 150          | 6,1              | 4,8         | 27,8        | 178,2                         | 341         | 2011             |
| Чай с сахаром № 376             | 200/15       | 0,2              | 0,0         | 15,0        | 58,0                          | 376         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                  | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5        | 91,9                          | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>     | <b>505</b>   | <b>19,3</b>      | <b>16,5</b> | <b>67,8</b> | <b>495,1</b>                  |             |                  |

**МЕНЮ на 21 января 2025 г**  
**для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся 12-18 лет**  
**МКОУ «Рассветинская СОШ» (7 день)**

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                   |              |                  |             |             |                               |             |                  |
| Птица тушеная в соусе №290/587   | 120          | 12,0             | 13,8        | 6,7         | 200,4                         | 290/587     | 2011/2004        |
| Каша гречневая рассыпчатая № 341 | 180          | 7,3              | 5,7         | 33,3        | 213,8                         | 341         | 2011             |
| Чай с сахаром № 376              | 200/15       | 0,2              | 0,0         | 15,0        | 58,0                          | 376         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                   | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5        | 91,9                          | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>555</b>   | <b>22,5</b>      | <b>19,7</b> | <b>74,5</b> | <b>564,1</b>                  |             |                  |

Повар Момотова Ю. Н..

Ответственный за питание Виноградова Н. В.