



Утверждаю
Директор МКОУ Рождественская ОШ
Е. В. Смирнова

Меню на 13 мая 2024 г. 12:17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал
100	Помидор свежий в нарезке	60	1,0	0,0	2,0	14
105	Картофельное пюре	200	4,0	7,0	29,0	197
293	Курица жареная (бедро)	100	1,0	6,0	1,0	71
354	Какао с молоком	200	4,0	3,0	16,0	107
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	6,0	29
	ИТОГО:		11,0	16,0	54,0	418



Утверждаю
Директор МКСОУ Рождественская ОШ
Е. В. Смирнова

Меню на 14 мая

2024 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал
67	Винегрет овощной	100	2	10	8	131
237	Запеканка творожная со сгущ .молоком	230	26,0	25,0	42,0	504
376	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	20,0	80
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	6,0	29
	ИТОГО:		28,0	35,0	76,0	744

Утверждаю
 МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 15 мая 2024 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
1	2	3	4	5	6	7	
27	Салат из отварных овощей со свежим огурцом	100	1,0	5,0	10,0	89	
164	Макаронные изделия отварные	200	7,0	8,0	47,0	288	
311	Гуляш (мясо птицы)	100	9,0	14,0	2,0	170	
211.02	Компот из кураги	200	0,0	0,0	15,0	58	
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28	
	ИТОГО:		11,0	27,0	79,0	633	

Утверждаю
 Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 16 мая 2024 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
71	Огурец свежий в нарезке	60	1,0	0,0	2,0	8	
105	Пюре картофельное	200	4,0	7,0	29,0	197	
230	Рыба жареная	100	17,0	10,0	8,0	187	
376	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	20,0	80	
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28	
	ИТОГО:		23,0	17,0	64,0	500	

Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 14 мая 2024 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
24	Салат из зеленого горошка с луком и с м/р	60	3,0	5,0	6,0	83	
291	Плов (мясо птицы)	200	21,0	24,0	36,0	448	
532	Сок промышленного производства	200	1,0	0,0	20,0	92	
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28	
	ИТОГО:		26,0	29,0	67,0	651	