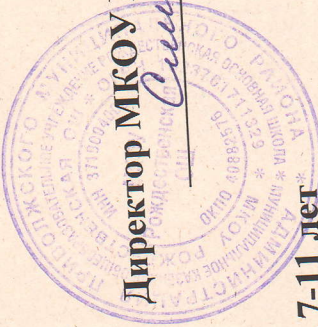


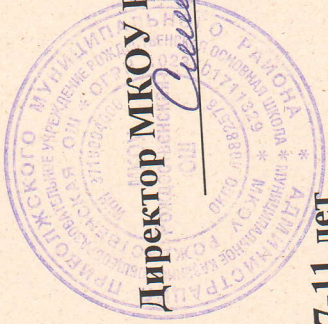
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 12 февраля 2024 г. 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
6	Салат из свежей капусты с м/р	100	2,0	5,0	9,0	91	
152	Жаркое по - домашнему	200	12,0	19,0	29,0	331	
943	Витаминный напиток	200	0,0	0,0	0,0	0	
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28	
161	Яйцо вареное	40	5,0	5,0	0,0	63	
	Банан свежий	100	3,0	1,0	42,0	192	
	ИТОГО:		23,0	30,0	85,0	705,0	

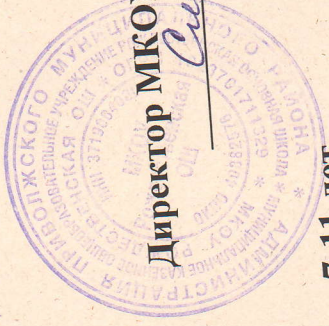
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 13 декабря 2024 г. 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
100	Салат овощной с м/р	100	1,0	5,0	10,0	89	
413	Макаронные изделия отварные с м/с	200	7,0	8,0	47,0	288	
7058	Котлета мясная	100	0,0	5,0	0,0	44	
868	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,0	77	
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28	
341	Апельсин свежий	100	1,0	0,0	6,0	33	
	ИТОГО:		10,0	18,0	87,0	559	

Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 14 февраля 2024 г. 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
33	Салат из свежей моркови с м/р	100	1,0	6,0	12,0	108	
145	Овощное рагу	200	14,0	20,0	21,0	322	
14	Чай с сахаром и лимоном	200	0,0	0,0	20,0	80	
	Сыр порционнно	30	5,0	6,0	0,00	73	
	Банан свежий	100	3,0	1,0	42,0	192	
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28	
	ИТОГО		24,0	33,0	100,0	803	

Утверждаю

Директор МКОУ Рождественская ОШ
Е. В. Смирнова



Меню на 16 февраля 2024 г. 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
25	Салат из свеклы с м/р	100	1,17	3,08	6,86	59,73	
105	Пюре картофельное	200	4,44	5,97	28,09	184,75	
7058	Котлета мясная	100	13,30	11,97	19,32	214,19	
349	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,135	0,015	0,450	86,880	
	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
8	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	
	ИТОГО:		22,485	21,755	84,20	683,55	