

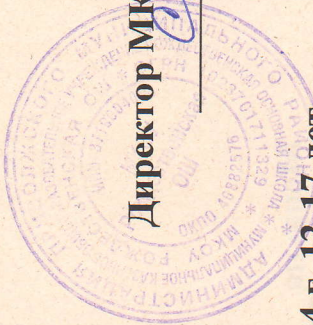
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 11 марта 2024 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
6	Огурец свежий в нарезке	60	1,0	0,0	2,0	8	
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	
	ИТОГО:		14,0	19,0	36,0	367,0	

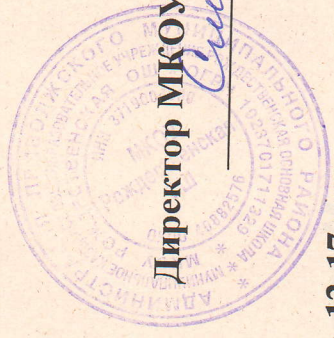
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 _____ Е. В. Смирнова



Меню на 12 марта 2024 г. 12-17 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	
	ИТОГО:		9,0	18,0	81,0	526	

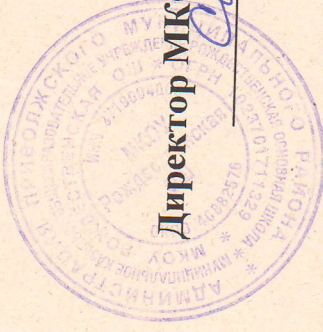
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 13 марта 2024 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
67	Винегрет овощной	100	2,0	10,0	8,0	131	
145	Овощное рагу	200	14,0	20,0	21,0	322	
349	Чай с сахаром и лимоном	200	0,0	0,0	20,0	80	
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28	
	ИТОГО		17,0	30	54,0	561	

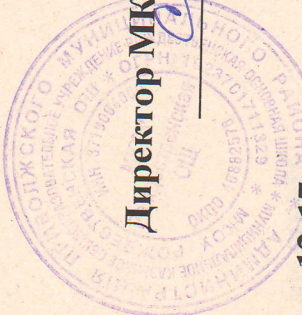
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 14 марта 2024 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
24	Салаг из зеленого горошка с луком с м/р	60	3	5	6	83	
144	Каша гречневая рассыпчатая	200	6	7	28	200	
230	Гуляш (мясо птицы)	100	8	13	3	161	
859	Компот из свежих яблок	200	0	0	27	111	
8	Хлеб пшеничный	30	1	0	5	28	
	ИТОГО:		18	25	69	583	

Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
Смирнов Е. В. Смирнова



Меню на 15 марта 2024 г. 12-17 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	2	5	11	95	
105	Пюре картофельное	200	4	7	29	197	
7058	Котлета мясная	100	0	5	0	44	
349	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0	0	20	83	
8	Хлеб пшеничный	30	1	0	5	28	
	ИТОГО:		7	17	65	447	