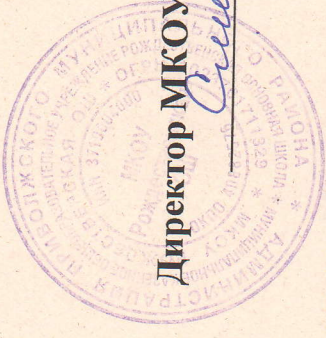


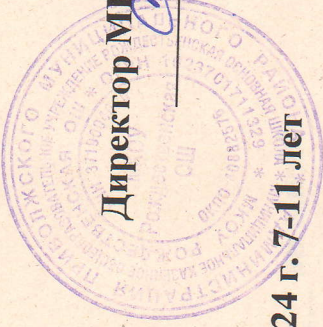
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОПШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 11 марта 2024 г. 7-11 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	
161	Яйцо вареное	40	5,0	5,0	0,0	63	
341	Груша свежая	100	0,0	0,0	10,0	47	
	ИТОГО:		19,0	24,0	46,0	477,0	

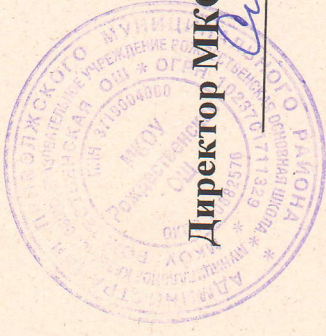
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 12 марта

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	

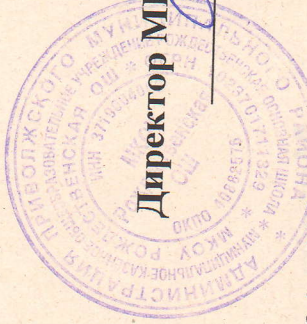


Утверждаю
Директор МКОУ Рождественская ОШ
Смирнов — Е. В. Смирнова

Меню на 13 марта 2024 г. 7-11 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	
14	Чай с сахаром и лимоном	200	0,0	0,0	20,0	80	
341	Сыр порционно	30	5,0	6,0	0,00	73	
8	Груша свежая	100	0,0	0,0	10,0	47	
	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28	
	ИТОГО		22,0	36,0	64,0	681	

Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 14 марта 2024 г. 7-11 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	
	Яблоко свежее	100	1	1	15	70	
	ИТОГО:		19	26	84	653	

Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 15 марта 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	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	
341	Яблоко свежее	100	1	1	15	70	
8	Хлеб пшеничный	30	1	0	5	28	
	ИТОГО:		8	18	80	517	