



Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова

Меню на 15 апреля 2024 г. 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
100	Помидор свежий	60	1,0	0,0	2,0	14	
128	Картофельное пюре	200	4,0	7,0	29,0	197	
7058	Курица жареная (бедро)	100	1,0	6,0	1,0	71	
382	Какао с молоком	200	4,0	3,0	16,0	107	
15	Сыр (порциями)	20	1,0	2,0	0,0	18	
341	Апельсин свежий	100	1,0	0,0	8,0	43	
8	Хлеб пшеничный	34	1,0	0,0	6,0	29	
	ИТОГО:		13,0	18,0	62,0	479	



Утверждаю
Директор МКОУ Родственная ОШ
Е. В. Смирнова

Меню на 16 апреля 2024 г. 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал
67	Винегрет овощной	100	2,0	10,0	8,0	131
237	Запеканка творожная со стущ. 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
338	Яблоко свежее	100	1,0	1,0	15,0	70
	ИТОГО:		30,0	36,0	91,0	814



Утверждаю
Директор МКОУ Рождественская ОШ
Е. В. Смирнова

Меню на 14 апреля 2024 г. 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
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	
338	Груша свежий	100	2,0	1,0	29,0	142	
	ИТОГО:		13,0	28,0	108,0	775	



Утверждаю
Директор МКОУ Рождественская ОШ
Е. В. Смирнова

Меню на 18 апреля 2024 г. 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал
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
943	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	20,0	80
8	Хлеб пшеничный	30	1,0	0,0	5,0	28
341	Апельсин свежий	100	1,0	0,0	8,0	43
424	Яйцо вареное	40	5,0	7,0	1,0	63
	ИТОГО:		29,0	24,0	73,0	606



Утверждаю
Директор МКОУ Рождественская ОШ
— Е. В. Смирнова

Меню на 19 апреля 2024 г. 7-11 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 птица)	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	
338	Яблоко свежее	100	1,0	1,0	15,0	70	
	ИТОГО:		27,0	30,0	82,0	721	