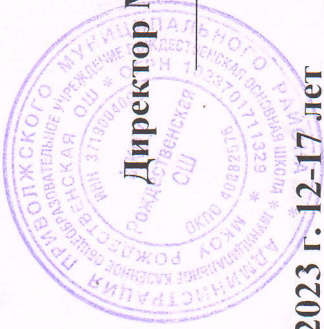
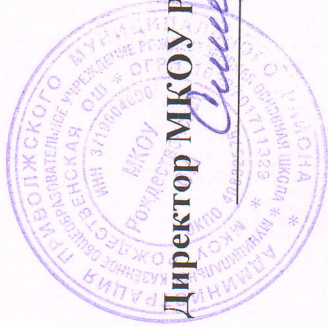


Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 16 октября 2023 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
45	Салат из белокочанной капусты	100	2,0	5,0	9,0	91	
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	
8	Хлеб пшеничный	34	1,0	0,0	6,0	29	
	ИТОГО:		12,0	21,0	61,0	495	

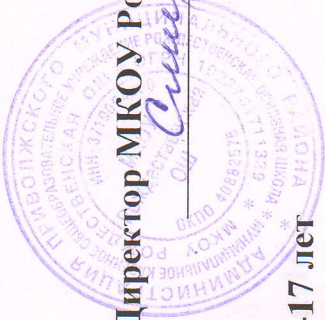


Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова

Меню на 14 октября 2023 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
100	Помидор свежий в нарезке	60		0,0	2,0		14
237	Запеканка творожная со сгущ .молоком	190/30	26,0	25,0	42,0		504
943	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	20,0		80
8	Хлеб пшеничный	34	1,0	0,0	6,0		29
	ИТОГО:		28,0	25,0	70,0		627

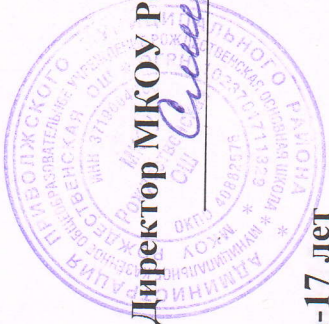
Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
Смирнов - Е. В. Смирнова



Меню на 18 сентября 2023 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	
6	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	
354	Компот из кураги	200	0,0	0,0	15,0	58	
8	Хлеб пшеничный	34	1,0	0,0	5,0	28	
	ИТОГО:		11,0	27,0	79,0	633	

Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 19 октября 2023 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	
943	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	20,0	80	
8	Хлеб пшеничный	34	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 20 октября 2023 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	
311	Плов (мясо птица)	200	21,0	24,0	36,0	448	
389	Сок промышленного производства	200	1,0	0,0	20,0	92	
8	Хлеб пшеничный	34	1,0	0,0	5,0	28	
	ИТОГО:		26,0	29,0	67,0	651	