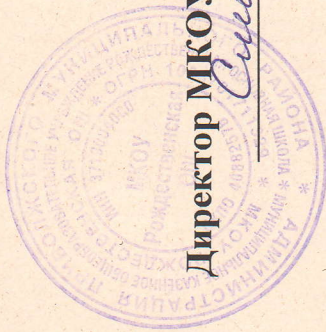


Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 19 февраля 2024 г. 12-17 лет

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | | Энерг. Ценность, ккал |
|-------------|-------------------------------|----------|------------------|--------|-------------|-----|-----------------------|
| | | | Белки г | Жиры г | Углеводы, г | | |
| 6 | Салат из белокочанной капусты | 100 | 2,0 | 5,0 | 9,0 | 91 | |
| 105 | Картофельное пюре | 200 | 4,0 | 7,0 | 29,0 | 197 | |
| 293 | Курица жареная (бедро) | 100 | 1,0 | 6,0 | 1,0 | 71 | |
| 354 | Какао с молоком | 200 | 4,0 | 3,0 | 16,0 | 107 | |
| 8 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,0 | 0,0 | 6,0 | 29 | |
| | ИТОГО: | | 12,0 | 21,0 | 61,0 | 495 | |

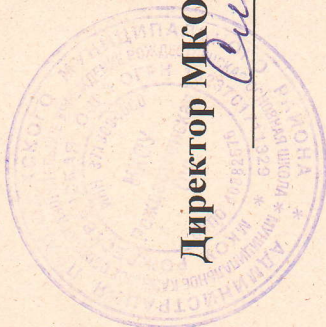


Утверждаю
Директор МКОУ Рождественская ОШ
Смирнов Е. В. Смирнова

Меню на 20 февраля 2024 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 | 1,0 | 0,0 | 2,0 | 14 | |
| 237 | Запеканка творожная со сгущ. 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 | |
| | ИТОГО: | | 28,0 | 25,0 | 70,0 | 627 | |

Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на 21 февраля 2024 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 | |
| 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 |
| | ИТОГО: | | 11,0 | 27,0 | 79,0 | | 633 |



Утверждаю
Директор МКОУ Рождественская ОШ
Смирнова Е. В. Смирнова

Меню на 22 февраля 2024 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 | |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 | |
| 8 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,0 | 0,0 | 5,0 | 28 | |
| | ИТОГО: | | 23,0 | 17,0 | 64,0 | 500 | |