

Утверждаю  
 Директор МКОУ Рождественская ОШ  
 Е. В. Смирнова



Меню на 22 апреля 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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>14,0</b>	<b>19,0</b>	<b>36,0</b>	<b>367,0</b>	

Утверждаю  
 МКОУ Рождественская ОШ  
 Е. В. Смирнова



Меню на 23 апреля 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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>9,0</b>	<b>18,0</b>	<b>81,0</b>	<b>526</b>	

Утверждаю  
 Директор МКОУ Рождественская ОШ  
 Е. В. Смирнова



Меню на 24 апреля 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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>17,0</b>	<b>30</b>	<b>54,0</b>	<b>561</b>	



Утверждаю  
 Учительская ОШ  
 Е. В. Смирнова



Меню на 25 апреля 2024 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 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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>18</b>	<b>25</b>	<b>69</b>	<b>583</b>	



Утверждаю  
 Директор МКОУ Рождественская ОШ  
 Е. В. Смирнова

Меню на 26 апреля 2024 г. 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. Ценность, ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
25	Салаг 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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>7</b>	<b>17</b>	<b>65</b>	<b>447</b>	

Утверждаю

МКОУ Рождественская ОШ

Е. В. Смирнова



Меню на 27 апреля 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	
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:		11,0	16,0	54,0	418	