



Утверждаю
 Директор МКОУ Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова

Меню на 4 марта 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 Рождественская ОШ
 Е. В. Смирнова



Меню на С ширма 2024 г. 7-11 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	Салаг 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 4 марта 2024 г. 7-11 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	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	