

Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 03.09.2024

Меню для учащихся 1-4 классов

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|-------------|------------------------------|---------|---------|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| 90-200 | Пудинг манный с сгущ.молоком | 130 | 6,3 | 4,2 | 45,8 | 257 |
| -2гн-20 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| | Йогурт | 100 | 8,4 | 5,7 | 13,8 | 95,9 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | Итого | 440 | 14,77 | 9,92 | 74,6 | 412,9 |
| Обед | | | | | | |
| -10з-20 | Салат из капусты с овощами | 60 | 0,8 | 1,6 | 1,4 | 19 |
| 54-41г-2020 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,5 | 8,2 | 42,8 | 262,2 |
| 54-2м-2020 | Гуляш из отварной говядины | 80 | 11,2 | 13,8 | 3,3 | 169,6 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 0,3 | 2,3 | 11,5 | 57,9 |
| -7хн-20 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0 | 0,6 | 22,7 | 93,2 |
| пром | | | | | | |
| | | | | | | |
| | Итого | 520 | 18,8 | 26,5 | 81,7 | 601,9 |

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|-------------|------------------------------|---------|---------|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| 90-200 | Пудинг манный с сгущ.молоком | 130 | 6,3 | 4,2 | 45,8 | 257 |
| -2гн-20 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| | Йогурт | 100 | 8,4 | 5,7 | 13,8 | 95,9 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | Итого | 440 | 14,77 | 9,92 | 74,6 | 412,9 |
| Обед | | | | | | |
| -10з-20 | Салат из капусты с овощами | 60 | 0,8 | 1,6 | 1,4 | 19 |
| 54-41г-2020 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,5 | 8,2 | 42,8 | 262,2 |
| 54-2м-2020 | Гуляш из отварной говядины | 80 | 11,2 | 13,8 | 3,3 | 169,6 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 0,3 | 2,3 | 11,5 | 57,9 |
| -7хн-20 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0 | 0,6 | 22,7 | 93,2 |
| пром | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|-------|-----|------|------|------|-------|
| | | | | | | |
| | Итого | 520 | 18,8 | 26,5 | 81,7 | 601,9 |

Меню для учащихся 5-11 классов

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|-------------|------------------------------|---------|---------|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| 90-200 | Пудинг манный с сгущ.молоком | 130 | 6,3 | 4,2 | 45,8 | 257 |
| 2гн-20 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| | Йогурт | 100 | 8,4 | 5,7 | 13,8 | 95,9 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | Итого | 440 | 14,77 | 9,92 | 74,6 | 412,9 |
| Обед | | | | | | |
| 10з-20 | Салат из капусты с овощами | 60 | 0,8 | 1,6 | 1,4 | 19 |
| 54-41г-2020 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,5 | 8,2 | 42,8 | 262,2 |
| 54-2м-2020 | Гуляш из отварной говядины | 80 | 11,2 | 13,8 | 3,3 | 169,6 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 0,3 | 2,3 | 11,5 | 57,9 |
| 7хн-20 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0 | 0,6 | 22,7 | 93,2 |
| пром | | | | | | |
| | | | | | | |
| | Итого | 520 | 18,8 | 26,5 | 81,7 | 601,9 |

Составил *Снеф* Вялова С.Б.