

Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"

 Белякова А.В.
 20.11.2024

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
51г-20	каша перловая рассыпчатая	180	7,9	6,8	44,8	273,7
4м-20	котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
7хн-20	Компот	200	0	0,6	22,7	93,2
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
Итого		500	20,68	17,8	96,76	652
Обед						
10з-20	Салат из свежей капусты	100	1,4	4,6	1,3	88
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	200	7,9	6,8	44,8	273,7
54-4м-2020	котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
10ш-20	Соус основной красный	25	0,5	1,5	2,1	24
пром.	Хлеб пшеничный	50	0,3	2,3	11,5	57,9
7хн-20	компот	200	0	0,6	2,7	93,2
Итого		675	22,58	29,9	35,36	764

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
51г-20	каша перловая рассыпчатая	180	7,9	6,8	44,8	273,7
4м-20	котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
7хн-20	Компот	200	0	0,6	22,7	93,2
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
Итого		500	20,68	17,8	96,76	652
Обед						
10з-20	Салат из свежей капусты	100	1,4	4,6	1,3	88
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	200	7,9	6,8	44,8	273,7
54-4м-2020	котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
10ш-20	Соус основной красный	25	0,5	1,5	2,1	24
пром.	Хлеб пшеничный	50	0,3	2,3	11,5	57,9
7хн-20	компот	200	0	0,6	2,7	93,2
Итого		675	22,58	29,9	35,36	764

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
51г-20	каша перловая рассыпчатая	180	7,9	6,8	44,8	273,7
4м-20	котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
7хн-20	Компот	200	0	0,6	22,7	93,2
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
Итого		500	20,68	17,8	96,76	652
Обед						
10з-20	Салат из свежей капусты	100	1,4	4,6	1,3	88
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	200	7,9	6,8	44,8	273,7
54-4м-2020	котлета мясная	100	12,48	14,1	17,76	227,2
10ш-20	Соус основной красный	25	0,5	1,5	2,1	24
пром.	Хлеб пшеничный	50	0,3	2,3	11,5	57,9
7хн-20	компот	200	0	0,6	2,7	93,2
Итого		675	22,58	29,9	35,36	764

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.