

Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"

 Белякова А.В.
 21.11.2024

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
19к-20	Суп молочный с вермешелью	200	5,5	5,3	18,4	144,4
	Хлеб с сгущ молоком	60	1,45	0,7	26,6	310
7гн-20	Какао с молоком	200	6	4,1	12,6	121,1
54-60-2020	Яйцо отварное	40	15,3	12,8	6,5	214,5
Итого		500	28,25	22,9	64,1	790
Обед						
11с-20	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	0,52	3,94	106,13
54-9м-2020	Жаркое по домашнему	250	15,7	20,7	20,5	304,7
пром.	Хлеб пшеничный	50	0,3	2,3	11,5	57,9
пром.	Сок фруктовый	200	0	0-	22	90
26-200	Булочка с повидлом	100	11,3	5	17,8	313
Итого		700	32,66	28,52	75,74	871,73

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
19к-20	Суп молочный с вермешелью	200	5,5	5,3	18,4	144,4
	Хлеб с сгущ молоком	60	1,45	0,7	26,6	310
7гн-20	Какао с молоком	200	6	4,1	12,6	121,1
54-60-2020	Яйцо отварное	40	15,3	12,8	6,5	214,5
Итого		500	28,25	22,9	64,1	790
Обед						
11с-20	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	0,52	3,94	106,13
54-9м-2020	Жаркое по домашнему	250	15,7	20,7	20,5	304,7
пром.	Хлеб пшеничный	50	0,3	2,3	11,5	57,9
пром.	Сок фруктовый	200	0	0-	22	90
26-200	Булочка с повидлом	100	11,3	5	17,8	313
Итого		700	32,66	28,52	75,74	871,73

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-19к-2	Суп молочный с вермешелью	200	5,5	5,3	18,4	144,4
	Хлеб с сгущ молоком	60	1,45	0,7	26,6	310
-7гн-2	Какао с молоком	200	6	4,1	12,6	121,1
54-60-2020	Яйцо отварное	40	15,3	12,8	6,5	214,5
Итого		500	28,25	22,9	64,1	790
Обед						
-11с-2	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	0,52	3,94	106,13
54-9м-2020	Жаркое по домашнему	250	15,7	20,7	20,5	304,7
пром.	Хлеб пшеничный	50	0,3	2,3	11,5	57,9
пром	Сок фруктовый	200	0	0-	22	90
26-200	Булочка с повидлом	100	11,3	5	17,8	313
Итого		700	32,66	28,52	75,74	871,73

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.