


 Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 29.01.2025

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-10з-20	Салат из свежей капусты	70	0,8	1,6	1,4	19
-9м-20	жаркое по домашнему с говядиной	250	15,7	20,7	20,5	304,7
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
	сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
Итого		550	16,88	24,6	59,7	487,4
Обед						
-10з-20	Салат из свежей капусты	100	0,8	1,6	1,4	19
-9м-20	жаркое по домашнему с говядиной	250	15,7	20,7	20,5	304,7
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
	сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
26-200	булочка с повидлом	100	11,3	5	17,8	313
Итого		700	28,18	29,6	77,5	800,4

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-10з-20	Салат из свежей капусты	70	0,8	1,6	1,4	19
-9м-20	жаркое по домашнему с говядиной	250	15,7	20,7	20,5	304,7
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
	сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
Итого		550	16,88	24,6	59,7	487,4
Обед						
-10з-20	Салат из свежей капусты	100	0,8	1,6	1,4	19
-9м-20	жаркое по домашнему с говядиной	250	15,7	20,7	20,5	304,7
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
	сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
26-200	булочка с повидлом	100	11,3	5	17,8	313
пром	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
Итого		780	36,58	35,3	91,3	896,3

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-10з-20	Салат из свежей капусты	70	0,8	1,6	1,4	19
-9м-20	жаркое по домашнему с говядиной	250	15,7	20,7	20,5	304,7
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
	сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
Итого		550	16,88	24,6	59,7	487,4

Обед						
-10з-20	Салат из свежей капусты	100	0,8	1,6	1,4	19
-9м-20	жаркое по домашнему с говядиной	250	15,7	20,7	20,5	304,7
	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
	сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
26-200	булочка с повидлом	100	11,3	5	17,8	313
	Итого	700	28,18	29,6	77,5	800,4

Составил Иванов Вялова С.Б.