

Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"

 Белякова А.В.
 30.01.2025

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-2к-20	Каша кукурузная	200	11	7,2	46,2	312,2
	Хлеб с маслом	40	8,8	4,6	29,3	179,6
-7гн-20	Какао с молоком	200	6	4,1	25,9	121,1
пром.	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	540	34,2	21,6	115,2	708,8
Обед						
-13з-20	Салат овощной	100	2,7	6,8	7,6	101,9
54-1с-2020	Борщ со сметаной					
		250	1,6	4,92	11,5	228,75
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
пром.	Сок фруктовый	200	0,08	0	26,3	105,8
пром.	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	700	16,88	18,02	80,2	638,15

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-2к-20	Каша кукурузная	200	11	7,2	46,2	312,2
	Хлеб с маслом	40	8,8	4,6	29,3	179,6
-7гн-20	Какао с молоком	200	6	4,1	25,9	121,1
пром.	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	540	34,2	21,6	115,2	708,8
Обед						
-13з-20	Салат овощной	100	2,7	6,8	7,6	101,9
54-1с-2020	Борщ со сметаной					
		250	1,6	4,92	11,5	228,75
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
пром.	Сок фруктовый	200	0,08	0	26,3	105,8
пром.	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	700	16,88	18,02	80,2	638,15

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-2к-20	Каша кукурузная	200	11	7,2	46,2	312,2
	Хлеб с маслом	40	8,8	4,6	29,3	179,6

-7ГН-20	Какао с молоком	200	6	4,1	25,9	121,1
пром.	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	540	34,2	21,6	115,2	708,8
Обед						
-13з-20	Салат овощной	100	2,7	6,8	7,6	101,9
54-1с-2020	Борщ со сметаной					
		250	1,6	4,92	11,5	228,75
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
пром.	Сок фруктовый	200	0,08	0	26,3	105,8
пром.	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	700	16,88	18,02	80,2	638,15

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.