

Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"

 Белякова А.В.
 31.01.2025

Меню для учащихся 1-4 классов

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|------------|---|---------|---------|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| -6к-20 | каша молочная пшеничная | 210 | 11,5 | 8,5 | 38,8 | 300 |
| | Хлеб с маслом | 35 | 8,8 | 4,6 | 29,3 | 179,2 |
| -7гн-20 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| | Калач сметанный | 100 | 15 | 1 | 13 | 195 |
| | | | | | | |
| Итого | | 555 | 35,37 | 14,12 | 96,1 | 734,2 |
| Обед | | | | | | |
| -10з-20 | Салат картофельный с кукурузой и морковью | 100 | 1,5 | 6 | 10,8 | 103 |
| 54-2с-2020 | Борщ со сметаной | 200 | 1,74 | 5,34 | 10,38 | 210 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,3 | 11,5 | 57,9 |
| -7хн-20 | сок Фруктовый | 200 | 0 | 0 | 22 | 90 |
| пром | Калач сметанный | 100 | 1 | 15 | 13 | 195 |
| | | | | | | |
| Итого | | 700 | 6,54 | 26,64 | 67,68 | 655,9 |

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|------------|---|---------|---------|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| -6к-20 | каша молочная пшеничная | 210 | 11,5 | 8,5 | 38,8 | 300 |
| | Хлеб с маслом | 35 | 8,8 | 4,6 | 29,3 | 179,2 |
| -7гн-20 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| | Калач сметанный | 100 | 15 | 1 | 13 | 195 |
| | | | | | | |
| Итого | | 555 | 35,37 | 14,12 | 96,1 | 734,2 |
| Обед | | | | | | |
| -10з-20 | Салат картофельный с кукурузой и морковью | 100 | 1,5 | 6 | 10,8 | 103 |
| 54-2с-2020 | Борщ со сметаной | 200 | 1,74 | 5,34 | 10,38 | 210 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,3 | 11,5 | 57,9 |
| -7хн-20 | сок Фруктовый | 200 | 0 | 0 | 22 | 90 |
| пром | Калач сметанный | 100 | 1 | 15 | 13 | 195 |
| пром | йогурт | 100 | 8,4 | 5,7 | 13,8 | 95,9 |
| Итого | | 700 | 14,94 | 32,34 | 81,48 | 751,8 |

Меню для учащихся 5-11 классов

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|------------|---|---------|---------|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| -6к-20 | каша молочная пшеничная | 210 | 11,5 | 8,5 | 38,8 | 300 |
| | Хлеб с маслом | 35 | 8,8 | 4,6 | 29,3 | 179,2 |
| -7гн-20 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| | Калач сметанный | 100 | 15 | 1 | 13 | 195 |
| | | | | | | |
| | Итого | 555 | 35,37 | 14,12 | 96,1 | 734,2 |
| Обед | | | | | | |
| -10з-20 | Салат картофельный с кукурузой и морковью | 100 | 1,5 | 6 | 10,8 | 103 |
| 54-2с-2020 | Борщ со сметаной | 200 | 1,74 | 5,34 | 10,38 | 210 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,3 | 11,5 | 57,9 |
| -7хн-20 | сок Фруктовый | 200 | 0 | 0 | 22 | 90 |
| пром | Калач сметанный | 100 | 1 | 15 | 13 | 195 |
| | | | | | | |
| | Итого | 700 | 6,54 | 26,64 | 67,68 | 655,9 |

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.