

Утверждаю
Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
Белякова А.В.
12.05.2025

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 пшенная	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.