


 Утверждаю  
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"  
 Белякова А.В.  
 24.11.2023

**Меню для учащихся 1-4 классов**

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал	
<b>Завтрак</b>							
17к-20	Суп молочный с гречневой крупой	200	5,8	5,6	17,4	143,6	19,87
	Хлеб с повидлом	30	4,6	2,6	27,4	161	4,9
7гн-20	Чай черный с сахаром	200	4,1	6	12,6	121,1	5
	<b>Итого</b>	430	14,5	14,2	57,4	425,7	29,77
<b>Обед</b>							
16з-20	Винегрет с растительным маслом	80	7,1	1	6	91,8	14,87
54-61г-2020	Рис отварной	150	5,2	3,6	38,1	213,2	15,8
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	11,2	13,8	3,3	169,6	36,9
пром.	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9	1,9
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2	4,75
пром.	Сок	200	0	0	22	90	12,3
	<b>Итого</b>	740	23,8	17,7	103,6	715,7	86,52

**Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)**

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал	
<b>Завтрак</b>							
17к-20	Суп молочный с гречневой крупой	200	5,8	5,6	17,4	143,6	19,87
	Хлеб с повидлом	30	4,6	2,6	27,4	161	4,9
7гн-20	Чай черный с сахаром	200	4,1	6	12,6	121,1	5
	<b>Итого</b>	430	14,5	14,2	57,4	425,7	29,77
<b>Обед</b>							
16з-20	Винегрет с растительным маслом	80	7,1	1	6	91,8	14,87
54-61г-2020	Рис отварной	150	5,2	3,6	38,1	213,2	15,8
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	11,2	13,8	3,3	169,6	36,9
пром.	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9	1,9
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2	4,75
пром.	Сок	200	0	0	22	90	12,3

	Итого	740	23,8	17,7	103,6	715,7	86,52

**Меню для учащихся 5-11 классов**

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал	
Завтрак							
17к-20	Суп молочный с гречневой крупой	200	5,8	5,6	17,4	143,6	19,87
	Хлеб с повидлом	30	4,6	2,6	27,4	161	4,9
7гн-20	Чай черный с сахаром	200	4,1	6	12,6	121,1	5
	Итого	430	14,5	14,2	57,4	425,7	29,77
Обед							
16з-20	Винегрет с растительным маслом	80	7,1	1	6	91,8	14,87
54-61г-2020	Рис отварной	150	5,2	3,6	38,1	213,2	15,8
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	11,2	13,8	3,3	169,6	36,9
пром.	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9	1,9
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2	4,75
	Итого	540	23,8	17,7	81,6	625,7	74,22

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.