


 Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 12.12.2023

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
17к-20	Суп молочный с гречневой крупой	210	2,1	5,1	45,1	329
	Хлеб с повидлом	80	4,6	2,6	27,4	161
7гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
пром.	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
Итого		600	15,17	13,42	101,3	645,9
Обед						
11з-20	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	160	4,6	8,8	36,7	224
54-4м-2020	Котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
Итого		600	26,54	20,82	106,1	774,1

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
17к-20	Суп молочный с гречневой крупой	210	2,1	5,1	45,1	329
	Хлеб с повидлом	80	4,6	2,6	27,4	161
7гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
пром.	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
Итого		600	15,17	13,42	101,3	645,9
Обед						
11з-20	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	160	4,6	8,8	36,7	224
54-4м-2020	Котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2

	Итого	600	26,54	20,82	106,1	774,1

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	210	2,1	5,1	45,1	329
	Хлеб с повидлом	80	4,6	2,6	27,4	161
7гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
пром	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	600	15,17	13,42	101,3	645,9
Обед						
11з-20	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	160	4,6	8,8	36,7	224
54-4м-2020	Котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
	Итого	600	26,54	20,82	106,1	774,1

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.