


 Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 13.12.2023

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
92-200	Биточки рисовые с сгущ.молоком	230	5	6,3	8	141
2гн-20	Чай черный с сахаром и лимоном	210	6	4,1	12,6	121,1
пром	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	530	19,4	16,1	34,4	358
Обед						
10з-20	Салат овощной	100	2,8	8,6	6,4	89
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,8	28,8	180
пром.	Гуляш из отварной говядины	100	2,6	25,5	6,1	253,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
7гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Итого	610	14,97	34,72	77,3	688,1

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
92-200	Биточки рисовые с сгущ.молоком	230	5	6,3	8	141
2гн-20	Чай черный с сахаром и лимоном	210	6	4,1	12,6	121,1
пром	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	540	19,4	16,1	34,4	358
Обед						
10з-20	Салат овощной	100	2,8	8,6	6,4	89
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,8	28,8	180
пром.	Гуляш из отварной говядины	100	2,6	25,5	6,1	253,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
7гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Итого	610	14,97	34,72	77,3	688,1

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
92-200	Биточки рисовые с сгущ.молоком	230	5	6,3	8	141
2гн-20	Чай черный с сахаром и лимоном	210	6	4,1	12,6	121,1
пром	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
Итого		540	19,4	16,1	34,4	358
Обед						
10з-20	Салат овощной	100	2,8	8,6	6,4	89
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,8	28,8	180
пром.	Гуляш из отварной говядины	100	2,6	25,5	6,1	253,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
7гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
Итого		610	14,97	34,72	77,3	688,1

Составил *Вялова* Вялова С.Б.