


 Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 21.12.2023

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
13к-20	Каша пшеничная с маслом с сахаром	240	10,9	8,8	40,2	303,5
	Хлеб с повидлом	50/30	4,6	2,6	27,4	161
2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Итого	500	15,57	11,42	82,6	524,5
Обед						
16з-20	Винегрет с растительным маслом	100	7,1	1	6	91,8
54-2с-2020	Суп свекольник со сметаной					
		260	5,34	3,74	11,38	96,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
пром	Сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	760	17,24	22,9	79,87	472,7

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
13к-20	Каша пшеничная с маслом с сахаром	240	10,9	8,8	40,2	303,5
	Хлеб с повидлом	50/30	4,6	2,6	27,4	161
2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Итого	450	15,57	11,42	82,6	524,5
Обед						
16з-20	Винегрет с растительным маслом	100	7,1	1	6	91,8
54-2с-2020	Суп свекольник со сметаной					
		260	5,34	3,74	11,38	96,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
пром	Сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	760	17,24	22,9	79,87	472,7

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
13к-20	Каша пшеничная с маслом с сахаром	240	10,9	8,8	40,2	303,5
	Хлеб с повидлом	50/30	4,6	2,6	27,4	161
2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Итого	450	15,57	11,42	82,6	524,5
Обед						
16з-20	Винегрет с растительным маслом	100	7,1	1	6	91,8
54-2с-2020	Суп свекольник со сметаной					
		260	5,34	3,74	11,38	96,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
пром	Сок в ассортименте	200	0,08	0	26,3	105,8
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	760	17,24	22,9	79,87	472,7

Составил Алекс Вялова С.Б.