


 Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 09.01.2024

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-2к-20	Каша кукурузная	230	11	7,2	46,2	312,2
	Хлеб с маслом	80	8,8	4,6	29,3	179,6
-2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Итого	500	19,87	11,82	90,5	551,8
Обед						
-11з-20	Салат овощной с зеленым горошком	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-2с-2020	Борщ со сметаной					
		260	5,34	3,74	11,38	96,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
-2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	770	15,49	68,14	70,51	459

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-2к-20	Каша кукурузная	230	11	7,2	46,2	312,2
	Хлеб с маслом	80	8,8	4,6	29,3	179,6
-2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Итого	520	19,87	11,82	90,5	551,8
Обед						
-11з-20	Салат овощной с зеленым горошком	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-2с-2020	Борщ со сметаной					
		260	5,34	3,74	11,38	96,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
-2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	770	15,49	68,14	70,51	459

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-2к-20	Каша кукурузная	230	11	7,2	46,2	312,2
	Хлеб с маслом	80	8,8	4,6	29,3	179,6
-2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Итого	520	19,87	11,82	90,5	551,8
Обед						
-11з-20	Салат овощной с зеленым горошком	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-2с-2020	Борщ со сметаной					
		260	5,34	3,74	11,38	96,3
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
-2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	770	15,49	68,14	70,51	459

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.