

Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 11.01.2024

Меню для учащихся 1-4 классов

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|----------------|------------------------------|---------|---------|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| 174-2007 | Каша рисовая с маслом | 160 | 3,8 | 8,8 | 41 | 258 |
| | Хлеб с повидлом | 50/30 | 4,6 | 2,6 | 27,4 | 161 |
| 4-2гн-202 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| пром | Йогурт | 100 | 8,4 | 5,7 | 13,8 | 95,9 |
| | | | | | | |
| | Итого | 550 | 16,87 | 17,12 | 97,2 | 574,9 |
| Обед | | | | | | |
| 4-11з-202 | Салат из моркови с кукурузой | 100 | 5,36 | 5,52 | 7,94 | 123,9 |
| 54-2с-2020 | Суп свекольный со сметаной | 260 | 5,34 | 3,74 | 11,38 | 96,3 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 4,1 | 0,6 | 21 | 105,8 |
| 4-2гн-202 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| пром | Фрукт | 150 | 0,62 | 62 | 15,19 | 73 |
| | | | | | | |
| | Итого | 770 | 15,49 | 71,88 | 70,51 | 459 |

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|----------------|------------------------------|---------|---------|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | | | | |
| 174-2007 | Каша рисовая с маслом | 160 | 3,8 | 8,8 | 41 | 258 |
| | Хлеб с повидлом | 50/30 | 4,6 | 2,6 | 27,4 | 161 |
| 4-2гн-202 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| пром | Йогурт | 100 | 8,4 | 5,7 | 13,8 | 95,9 |
| | | | | | | |
| | Итого | 470 | 16,87 | 17,12 | 97,2 | 574,9 |
| Обед | | | | | | |
| 4-11з-202 | Салат из моркови с кукурузой | 100 | 5,36 | 5,52 | 7,94 | 123,9 |
| 54-2с-2020 | Суп свекольный со сметаной | 260 | 5,34 | 3,74 | 11,38 | 96,3 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 4,1 | 0,6 | 21 | 105,8 |
| 4-2гн-202 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| пром | Фрукт | 150 | 0,62 | 62 | 15,19 | 73 |
| | | | | | | |
| | Итого | 770 | 15,49 | 71,88 | 70,51 | 459 |

Меню для учащихся 5-11 классов

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|----------------|-----------------------|---------|---------|--------|------------|------|
| Завтрак | | | | | | |
| 174-2007 | Каша рисовая с маслом | 160 | 3,8 | 8,8 | 41 | 258 |
| | Хлеб с повидлом | 50/30 | 4,6 | 2,6 | 27,4 | 161 |

| | | | | | | |
|------------|------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 4-2гн-202 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| пром | Йогурт | 100 | 8,4 | 5,7 | 13,8 | 95,9 |
| Итого | | 470 | 16,87 | 17,12 | 97,2 | 574,9 |
| Обед | | | | | | |
| 4-11з-202 | Салат из моркови с кукурузой | 100 | 5,36 | 5,52 | 7,94 | 123,9 |
| 54-2с-2020 | Суп свекольный со сметаной | 260 | 5,34 | 3,74 | 11,38 | 96,3 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 4,1 | 0,6 | 21 | 105,8 |
| 4-2гн-202 | Чай черный с сахаром | 210 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| пром | Фрукт | 150 | 0,62 | 62 | 15,19 | 73 |
| Итого | | 770 | 15,49 | 71,88 | 70,51 | 459 |

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.