


 Утверждаю  
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"  
 Белякова А.В.  
 18.01.2024

**Меню для учащихся 1-4 классов**

| №              | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал   |
|----------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|--------|
| <b>Завтрак</b> |                    |         |         |        |            |        |
| -1о-20         | Омлет натуральный  | 210     | 25,8    | 16,8   | 4,2        | 316,1  |
|                | Хлеб с маслом      | 80      | 8,8     | 4,6    | 29,3       | 179,6  |
| -7гн-20        | Какао с молоком    | 200     | 6       | 4,1    | 12,6       | 121,1  |
|                |                    |         |         |        |            |        |
|                |                    |         |         |        |            |        |
|                | Итого              | 490     | 40,6    | 25,5   | 46,1       | 616,8  |
| <b>Обед</b>    |                    |         |         |        |            |        |
| -13з-20        | Салат овощной      | 100     | 2,7     | 6,8    | 7,6        | 101,9  |
| 54-1с-2020     | Щи по Уральски     | 250     | 1,6     | 4,92   | 11,5       | 128,75 |
| 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              | 750     | 9,1     | 74,32  | 81,59      | 515,25 |

**Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)**

| №              | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал   |
|----------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|--------|
| <b>Завтрак</b> |                    |         |         |        |            |        |
| -1о-20         | Омлет натуральный  | 210     | 25,8    | 16,8   | 4,2        | 316,1  |
|                | Хлеб с маслом      | 80      | 8,8     | 4,6    | 29,3       | 179,6  |
| -7гн-20        | Какао с молоком    | 200     | 6       | 4,1    | 12,6       | 121,1  |
|                |                    |         |         |        |            |        |
|                |                    |         |         |        |            |        |
|                | Итого              | 490     | 40,6    | 25,5   | 46,1       | 616,8  |
| <b>Обед</b>    |                    |         |         |        |            |        |
| -13з-20        | Салат овощной      | 100     | 2,7     | 6,8    | 7,6        | 101,9  |
| 54-1с-2020     | Щи по Уральски     | 250     | 1,6     | 4,92   | 11,5       | 128,75 |
| 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              | 750     | 9,1     | 74,32  | 81,59      | 515,25 |

**Меню для учащихся 5-11 классов**

| №              | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал   |
|----------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|--------|
| Завтрак        |                    |         |         |        |            |        |
| -10-20         | Омлет натуральный  | 210     | 25,8    | 16,8   | 4,2        | 316,1  |
|                | Хлеб с маслом      | 80      | 8,8     | 4,6    | 29,3       | 179,6  |
| -7гн-20        | Какао с молоком    | 200     | 6       | 4,1    | 12,6       | 121,1  |
|                |                    |         |         |        |            |        |
|                |                    |         |         |        |            |        |
|                | Итого              | 490     | 40,6    | 25,5   | 46,1       | 616,8  |
| Обед           |                    |         |         |        |            |        |
| -13з-20        | Салат овощной      | 100     | 2,7     | 6,8    | 7,6        | 101,9  |
| 54-1с-<br>2020 | Щи по Уральски     |         |         |        |            |        |
|                |                    | 250     | 1,6     | 4,92   | 11,5       | 128,75 |
| 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              | 750     | 9,1     | 74,32  | 81,59      | 515,25 |

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.