


 Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 23.01.2024

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
7гн-20	Какао с молоком	200	6	4,1	12,6	121,1
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
Итого		670	22,12	77,5	95,39	658,6
Обед						
13з-20	Салат свекольный	100	2,7	6,8	7,6	93
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	7,9	5,9	44,8	273,7
54-4м-2020	Котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
Итого		590	27,18	28	113,86	792,9

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
7гн-20	Какао с молоком	200	6	4,1	12,6	121,1
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
Итого		680	22,12	77,5	95,39	658,6
Обед						
13з-20	Салат свекольный	100	2,7	6,8	7,6	93
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	7,9	5,9	44,8	273,7
54-4м-2020	Котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8

7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
Итого		590	27,18	28	113,86	792,9

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
7гн-20	Какао с молоком	200	6	4,1	12,6	121,1
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
Итого		670	22,12	77,5	95,39	658,6
Обед						
13з-20	Салат свекольный	100	2,7	6,8	7,6	93
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	7,9	5,9	44,8	273,7
54-4м-2020	Котлета мясная	90	12,48	14,1	17,76	227,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
Итого		590	27,18	28	113,86	792,9

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.