

Утверждаю
Директор МКОУ "Сосновская ООШ"

Белякова А.В.

13.02.2024

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-6к-20	Каша пшенная	200/10	11,5	8,5	38,8	292,1
	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	20,37	13,12	83,1	531,7
Обед						
-10з-20	Салат из свежей капусты с кукурузой	100	1,4	4,6	10,3	88
54-9м-2020	Жаркое по домашнему	250	15,7	20,7	20,5	304,7
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
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	750	21,82	88,5	89,69	664,7

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-6к-20	Каша пшенная	200/10	11,5	8,5	38,8	292,1
	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	20,37	13,12	83,1	531,7
Обед						
-10з-20	Салат из свежей капусты с кукурузой	100	1,4	4,6	10,3	88
54-9м-2020	Жаркое по домашнему	250	15,7	20,7	20,5	304,7
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
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	750	21,82	88,5	89,69	664,7

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
-6к-20	Каша пшеничная	200/10	11,5	8,5	38,8	292,1
	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	20,37	13,12	83,1	531,7
Обед						
-10з-20	Салат из свежей капусты с кукурузой	100	1,4	4,6	10,3	88
54-9м-2020	Жаркое по домашнему	250	15,7	20,7	20,5	304,7
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
пром	Фрукт	150	0,62	62	15,19	73
	Итого	750	21,82	88,5	89,69	664,7

Составил *Вялова С.Б.* Вялова С.Б.