

Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 19.02.2024

Меню для учащихся 1-4 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	500	40,6	25,5	46,1	616,8
Обед						
-11з-20	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-2с-2020	Суп гороховый с сухариками					
		260	5	5,35	23,85	213
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	760	15,16	73,47	94,28	621,6

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	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						
-11з-20	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-2с-2020	Суп гороховый с сухариками					
		260	5	5,35	23,85	213
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	760	15,16	73,47	94,28	621,6

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						
-11з-20	Салат из моркови с кукурузой	100	5,36	5,52	7,94	123,9
54-2с 2020	Суп гороховый с сухариками					
		260	5	5,35	23,85	213
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		760	15,16	73,47	94,28	621,6

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.