


 Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 02.04.2024

Меню для учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
90-200	Пудинг манный с сгущ.молоком	130	6,3	4,2	45,8	257
2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	440	14,77	9,92	74,6	412,9
Обед						
10з-20	Салат из капусты с овощами	60	0,8	1,6	1,4	19
54-41г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,5	8,2	42,8	262,2
54-2м-2020	Гуляш из отварной говядины	80	11,2	13,8	3,3	169,6
пром.	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
пром						
	Итого	520	18,8	26,5	81,7	601,9

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
90-200	Пудинг манный с сгущ.молоком	130	6,3	4,2	45,8	257
2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	440	14,77	9,92	74,6	412,9
Обед						
10з-20	Салат из капусты с овощами	60	0,8	1,6	1,4	19
54-41г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,5	8,2	42,8	262,2
54-2м-2020	Гуляш из отварной говядины	80	11,2	13,8	3,3	169,6
пром.	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
пром						

	Итого	520	18,8	26,5	81,7	601,9

Меню для учащихся 5-11 классов

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Завтрак						
90-200	Пудинг манный с сгущ.молоком	130	6,3	4,2	45,8	257
-2гн-20	Чай черный с сахаром	210	0,07	0,02	15	60
	Йогурт	100	8,4	5,7	13,8	95,9
	Итого	440	14,77	9,92	74,6	412,9

Обед

-10з-20	Салат из капусты с овощами	60	0,8	1,6	1,4	19
54-41г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,5	8,2	42,8	262,2
54-2м-2020	Гуляш из отварной говядины	80	11,2	13,8	3,3	169,6
пром.	Хлеб пшеничный	30	0,3	2,3	11,5	57,9
-7хн-20	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,6	22,7	93,2
пром						
	Итого	520	18,8	26,5	81,7	601,9

Составил Вялова С.Б. Вялова С.Б.