


 Утверждаю
 Директор МКОУ "Сосновская ООШ"
 Белякова А.В.
 25.04.2024

Меню для учащихся 1-4 классов

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Ккал |
|------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|--------|
| Завтрак | | | | | | |
| -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 |
| Обед | | | | | | |
| -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 |
|------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|--------|
| Завтрак | | | | | | |
| -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 |
| Обед | | | | | | |
| -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-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 Smef Вялова С.Б.