



06.03.2023г.

Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	1	0	7	31	41
ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	240	20	15	48	336	259
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0	0	27	111	342.1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	1	13	66	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	
Итого за прием пищи:	730	29	21	105	657	

Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов ОБЗ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	200	9	12	33	270	183
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0	16	67	67	431
ЯБЛОКО	100	0	0	10	47	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	85	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	11	113	1
Итого за прием пищи:	740	18	34	138	582	
обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	1	0	7	31	41
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	200	4	10	7	134	88
ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	240	20	15	48	336	259
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0	0	27	111	342.1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0	13	66	1/1
Итого за прием пищи:	730	27	25	102	678	

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ пос. Горноуреченский
 Лысенко Е.А.



06.03.2023г.

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1	0	11	52	41
ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	280	23	17	57	391	259
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0	0	27	111	342.1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	110	1/1
Итого за прием пищи:	630	28	18	116	664	

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	250	11	15	41	343	183
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0	0	16	67	431
ЯБЛОКО	100	0	0	10	47	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	107	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	
Итого за прием пищи:	800	21	21	98	677	
обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1	0	11	52	41
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	250	5	12	9	167	88
ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	280	23	17	56	391	259
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0	0	27	111	342.1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	110	1/1
Итого за прием пищи:	880	33	30	124	831	