

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



09.03.2023г.

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		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60	1	0	1	8	70
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	240	19	21	29	377	308
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0	20	83	389
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	85	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	
Итого за прием пищи:	740	30	27	77	666	

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						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1	6	4	76	23
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	170	8	8	43	271	207
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	200	0	0	11	48	430/1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	85	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	1
Итого за прием пищи:	710	18	20	85	593	
обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60	1	0	1	8	70
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	200	5	2	20	119	93
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	240	19	21	29	377	308
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0	20	83	389
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0	17	85	1/1
Итого за прием пищи:	740	29	23	87	672	
Итого:		47	43	172	1265	

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



09.03.2023г.

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		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	100	1	0	2	13	70
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	280	22	24	34	440	308
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0	20	83	389
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	85	1/1
Итого за прием пищи:	620	27	25	73	621	

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						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1	6	4	76	23
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	280	13	13	70	446	207
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	200	0	0	11	48	430/1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	1	12	64	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	11	113	
Итого за прием пищи:	810	22	25	108	747	
обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	100	1	0	2	13	70
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	250	6	3	25	149	93
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	280	22	24	34	440	308
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0	20	83	389
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	85	1/1
Итого за прием пищи:	870	33	28	98	770	