



12.04.2023г.

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 СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	1	4	2	46	23
КОТЛЕТА СОЧНАЯ	90	8	16	4	196	474
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5	21	146	312
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	32	131	402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	1	12	64	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	
Итого за прием пищи:	730	21	31	81	696	

Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак						
КАША ЖИДКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	1	4	2	266	162
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	8	16	4	96	432
ЯБЛОКО	100	3	5	21	47	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	88	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	1
Итого за прием пищи:	720	21	31	54	610	
обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	1	4	2	46	23
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7	3	13	107	87
КОТЛЕТА СОЧНАЯ	90	8	16	4	196	474
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5	21	146	312
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	32	131	402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	1	13	64	1/1
Итого за прием пищи:	730	22	29	85	690	
Итого:		43	60	139	1300	

Директор МБОУ СОШ пос. Горнореченский

УТВЕРЖДАЮ

Лысенко Е.А.

12.04.2023г.

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 СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	120	1	7	4	85	23
КОТЛЕТА СОЧНАЯ	120	11	21	5	261	474
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4	6	26	176	312
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	32	131	402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	107	1/1
Итого за прием пищи:	670	21	35	88	760	

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов ОБЗ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак						
КАША ЖИДКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	300	10	14	42	343	162
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2	1	22	107	432
ЯБЛОКО	100	0	0	10	47	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	110	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	11	113	
Итого за прием пищи:	850	22	21	106	720	
обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	120	1	7	4	85	23
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9	3	17	132	87
КОТЛЕТА СОЧНАЯ	120	11	21	5	261	474
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4	6	26	176	312
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	32	131	402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	107	1/1
Итого за прием пищи:	920	30	38	105	892	
Итого:		52	59	211	1612	