



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ пос. Горнореченский  
 Пысенко Е.А.



11.05.2023г.

### 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>73</b>	<b>621</b>	

### 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		
<b>завтрак</b>						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	<b>108</b>	<b>747</b>	
<b>обед</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>33</b>	<b>28</b>	<b>98</b>	<b>770</b>	