

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



17.05.2023г.

**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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ  | 60           | 1                | 3         | 5           | 49                            | 45          |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ  | 240          | 14               | 12        | 42          | 331                           | 211         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ          | 200          | 1                | 0         | 29          | 133                           | 388         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 30           | 3                | 1         | 12          | 64                            | 1/1         |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ                  | 200          | 6                | 5         | 11          | 113                           |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>730</b>   | <b>25</b>        | <b>21</b> | <b>99</b>   | <b>690</b>                    |             |

**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                        |              |                  |           |             |                               |             |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)               | 10           | 0                | 8         | 0           | 75                            | 13          |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | 230          | 11               | 14        | 9           | 206                           | 219         |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД          | 200          | 0                | 0         | 22          | 90                            | 375         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 40           | 3                | 1         | 17          | 66                            | 1/1         |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ                  | 200          | 6                | 5         | 10          | 113                           |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>680</b>   | <b>20</b>        | <b>28</b> | <b>58</b>   | <b>550</b>                    |             |
| обед                           |              |                  |           |             |                               |             |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ  | 60           | 1                | 3         | 5           | 49                            | 45          |
| СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ               | 200          | 3                | 4         | 18          | 119                           | 108         |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ  | 240          | 14               | 12        | 42          | 331                           | 211         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ          | 200          | 1                | 0         | 29          | 133                           | 388         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ           | 30           | 2                | 1         | 13          | 66                            | 1/1         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>730</b>   | <b>21</b>        | <b>20</b> | <b>107</b>  | <b>698</b>                    |             |
| <b>Итого:</b>                  |              | <b>41</b>        | <b>48</b> | <b>165</b>  | <b>1248</b>                   |             |

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



17.05.2023г.

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 |                               |             |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ  | 100          | 2                | 5         | 9           | 88                            | 45          |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ  | 280          | 17               | 14        | 49          | 389                           | 211         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ          | 200          | 1                | 0         | 29          | 133                           | 388         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ           | 50           | 4                | 1         | 21          | 107                           | 1/1         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>630</b>   | <b>24</b>        | <b>20</b> | <b>108</b>  | <b>717</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 |                               |             |
| завтрак                        |              |                  |            |             |                               |             |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)               | 10           | 0                | 8          | 0           | 75                            | 13          |
| КАША ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ | 200          | 15               | 20         | 12          | 290                           | 219         |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД          | 200          | 0                | 0          | 22          | 90                            | 375         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ           | 50           | 4                | 1          | 21          | 110                           | 1/1         |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ                  | 200          | 6                | 5          | 11          | 113                           |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>660</b>   | <b>25</b>        | <b>34*</b> | <b>66</b>   | <b>678</b>                    |             |
| обед                           |              |                  |            |             |                               |             |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ  | 100          | 2                | 5          | 9           | 88                            | 45          |
| СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ               | 250          | 4                | 5          | 23          | 157                           | 108         |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ  | 280          | 17               | 14         | 49          | 389                           | 211         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ          | 200          | 1                | 0          | 29          | 133                           | 388         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ           | 50           | 4                | 1          | 21          | 107                           | 1/1         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>880</b>   | <b>28</b>        | <b>25</b>  | <b>131</b>  | <b>874</b>                    |             |
| <b>Итого:</b>                  |              | <b>53</b>        | <b>57</b>  | <b>197</b>  | <b>1552</b>                   |             |