

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



02.05.2024г.

Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------|------------------|-----------|-------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| завтрак | | | | | | | |
| 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 ОВЗ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | 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 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | 3 | 1 | 17 | 85 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | | 6 | 5 | 11 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 640 | | 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 | |
| Итого: | | | 45 | 59 | 240 | 1260 | |

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



02.05.2024г.

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 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 21 | 21 | 98 | 630 | |
| 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 | |
| Итого: | | 54 | 51 | 222 | 1508 | |

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



03.05.2024г.

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 СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 1 | 3 | 8 | 64 | к/к |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 90 | 18 | 13 | 3 | 197 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 200 | 4 | 6 | 31 | 197 | 333 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 780 | 31 | 28 | 81 | 704 | |

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 | | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 100 | 5 | 8 | 7 | 154 | 278/1 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 170 | 4 | 5 | 44 | 237 | 326 |
| ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0 | 0 | 11 | 48 | 430/1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 0 | 12 | 64 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 11 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 17 | 18 | 85 | 616 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 1 | 3 | 8 | 64 | к/к |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 200 | 2 | 4 | 13 | 98 | 96 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 90 | 18 | 13 | 3 | 197 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 200 | 4 | 6 | 31 | 197 | 333 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 780 | 27 | 28 | 84 | 689 | |
| Итого: | | 44 | 46 | 169 | 1305 | |

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



03.05.2024г.

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 СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 100 | 2 | 5 | 14 | 107 | к/к |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 120 | 24 | 17 | 4 | 262 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 200 | 4 | 6 | 31 | 197 | 333 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 650 | 32 | 29 | 78 | 699 | |

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 | | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 120 | 6 | 9 | 9 | 185 | 278/1 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 230 | 6 | 7 | 59 | 320 | 326 |
| ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0 | 0 | 11 | 48 | 430/1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 800 | 22 | 22 | 110 | 773 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 100 | 1 | 3 | 8 | 107 | к/к |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2 | 4 | 13 | 122 | 96 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 120 | 18 | 13 | 3 | 262 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 200 | 4 | 6 | 31 | 197 | 333 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 900 | 27 | 27 | 84 | 821 | |
| Итого: | | 49 | 49 | 194 | 1594 | |

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



06.05.2024г.

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 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 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 | 170 | 8 | 8 | 43 | 271 | 207 |
| ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0 | 0 | 11 | 48 | 430/1 |
| ХЛЕБ 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0 | 17 | 85 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 740 | 29 | 23 | 87 | 672 | |
| Итого: | | 47 | 43 | 172 | 1265 | |

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



06.05.2024г.

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 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 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 1 | 17 | 85 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 870 | 33 | 28 | 98 | 770 | |
| Итого: | | 57 | 53 | 206 | 1517 | |

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



07.05.2024г.

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 СВЕКЛЫ | 60 | 1 | 4 | 5 | 56 | 33 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 30 | 7 | 6 | 8 | 114 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 150 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 90 | 4 | 5 | 38 | 206 | 323 |
| НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 24 | 103 | 441 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2 | 1 | 12 | 64 | 1/1 |
| МОЛОКО | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 770 | 22 | 24 | 99 | 693 | |

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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200 | 7 | 10 | 24 | 210,1 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 650 | 18 | 16 | 71 | 500,1 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 1 | 4 | 5 | 56 | 33 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ | 200 | 7 | 10 | 14 | 175 | 99 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 90 | 6 | 6 | 8 | 114 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 4 | 5 | 38 | 206 | 323 |
| НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 25 | 103 | 441 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 12 | 64 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 760 | 22 | 29 | 104 | 755 | |
| Итого: | | 40 | 46 | 188 | 1316,1 | |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ пос. Горноуреченский

Лысенко Е.А.



07.05.2024г.

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 СВЕКЛЫ | 120 | 2 | 7 | 10 | 112 | 33 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 120 | 9 | 8 | 11 | 153 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 220 | 6 | 7 | 55 | 302 | 323 |
| НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 24 | 103 | 441 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 740 | 23 | 26 | 123 | 814 | |

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 ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ | 300 | 11 | 15 | 37 | 315 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 550 | 15 | 16 | 87 | 492 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 120 | 2 | 7 | 10 | 112 | 33 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ | 250 | 8 | 12 | 18 | 213 | 99 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 120 | 9 | 8 | 11 | 153 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 220 | 6 | 7 | 55 | 302 | 323 |
| НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 24 | 103 | 441 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 990 | 31 | 38 | 141 | 1027 | |
| Итого: | | 47 | 54 | 228 | 1580 | |

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



08.05.2024г.

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 ПО-ДОМАШНЕМУ | 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 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 ПО-ДОМАШНЕМУ | 100 | 8 | 16 | 4 | 196 | 474 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3 | 5 | 21 | 146 | 312 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 64 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 730 | 22 | 29 | 85 | 690 | |
| Итого: | | 43 | 60 | 139 | 1300 | |

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



08.05.2024г.

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 ПО-ДОМАШНЕМУ | 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 670 | 21 | 35 | 88 | 760 | |

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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | 300 | 10 | 14 | 42 | 343 | 162 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 2 | 1 | 22 | 107 | 432 |
| ЯБЛОКО | 100 | 0 | 0 | 10 | 47 | |
| ХЛЕБ 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 ПО-ДОМАШНЕМУ | 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 920 | 30 | 38 | 105 | 892 | |
| Итого: | | 52 | 59 | 211 | 1612 | |

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ пос. Горноуренский
 Дысенко Е.А.



13.05.2024г.

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 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 90 | 18 | 13 | 3 | 197 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 180 | 4 | 6 | 28 | 178 | 333 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0 | 0 | 22 | 90 | 375 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 12 | 66 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 760 | 31 | 25 | 82 | 675 | |

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 | 14 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5 | 8 | 28 | 205 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 65 | 430 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 1 | 17 | 52 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 720 | 14 | 22 | 71 | 510 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 60 | 1 | 0 | 7 | 31 | 41 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2 | 5 | 16 | 120 | 96 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 90 | 18 | 13 | 3 | 197 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 180 | 4 | 6 | 28 | 178 | 333 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0 | 0 | 26 | 90 | 375 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 810 | 27 | 25 | 93 | 682 | |
| Итого: | | 41 | 47 | 164 | 1192 | |

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ пос. Горноуренский
 Дысенко Е.А.

13.05.2024г.

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 | 120 | 2 | 0 | 14 | 63 | 41 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 120 | 23 | 17 | 4 | 262 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 210 | 4 | 7 | 33 | 207 | 333 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0 | 0 | 21 | 90 | 375 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 33 | 25 | 93 | 729 | |

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 | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8 | 0 | 75 | 14 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 6 | 10 | 35 | 257 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 65 | 430 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 11 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 710 | 16 | 24 | 83 | 620 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 120 | 2 | 0 | 14 | 63 | 41 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2 | 5 | 16 | 122 | 96 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 120 | 23 | 17 | 4 | 262 | 230 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 210 | 4 | 7 | 33 | 207 | 333 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0 | 0 | 21 | 90 | 375 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 950 | 35 | 30 | 109 | 851 | |
| Итого: | | 51 | 54 | 192 | 1471 | |

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



14.05.2024г.

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 | |
| Итого за прием пищи: | 730 | 25 | 21 | 99 | 690 | |

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 | |
| Итого за прием пищи: | 680 | 20 | 28 | 58 | 550 | |
| 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 730 | 21 | 20 | 107 | 698 | |
| Итого: | | 41 | 48 | 165 | 1248 | |

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



14.05.2024г.

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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 630 | 24 | 20 | 108 | 717 | |

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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 11 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 660 | 25 | 34 | 66 | 678 | |
| 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 880 | 28 | 25 | 131 | 874 | |
| Итого: | | 53 | 57 | 197 | 1552 | |

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



15.05.2024г.

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 ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ) | 60 | 2 | 4 | 2 | 50 | 43 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 0 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 4 | 5 | 38 | 206 | 323 |
| КОТЛЕТА ПО-ДОМАШНЕМУ | 90 | 12 | 12 | 5 | 229 | 38 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0 | 17 | 88 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 11 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 770 | 27 | 29 | 107 | 854 | |

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 | | | | | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 4 | 4 | 0 | 55 | 15 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5 | 8 | 26 | 205 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 65 | 430 |
| ЯБЛОКО | 100 | 0 | 0 | 10 | 47 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 765 | 19 | 18 | 83 | 595 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ) | 60 | 2 | 4 | 2 | 50 | 43 |
| БОРЩ | 250 | 6 | 10 | 9 | 87 | 75 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 0 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 4 | 5 | 38 | 206 | 323 |
| КОТЛЕТА ПО-ДОМАШНЕМУ | 90 | 12 | 12 | 5 | 229 | 38 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0 | 17 | 88 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 570 | 21 | 24 | 96 | 741 | |
| Итого: | | 40 | 42 | 179 | 1336 | |

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



15.05.2024г.

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 ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ) | 100 | 3 | 6 | 3 | 83 | 43 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 100 | 0 | 3 | 2 | 255 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 30 | 4 | 6 | 45 | 37 | 323 |
| КОТЛЕТА ПО-ДОМАШНЕМУ | 180 | 13 | 14 | 5 | 247 | 38 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 660 | 24 | 30 | 108 | 863 | |

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 | | | | | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 30 | 4 | 4 | 0 | 109 | 15 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 5 | 8 | 26 | 257 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 65 | 430 |
| ЯБЛОКО | 100 | 0 | 0 | 10 | 47 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 830 | 19 | 18 | 83 | 701 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ) | 100 | 2 | 4 | 2 | 83 | 43 |
| БОРЩ | 250 | 6 | 10 | 9 | 87 | 75 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 0 | 3 | 2 | 255 | 38 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 4 | 5 | 38 | 37 | 364 |
| КОТЛЕТА ПО-ДОМАШНЕМУ | 100 | 12 | 12 | 5 | 247 | 38 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3 | 0 | 17 | 110 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 910 | 19 | 24 | 96 | 946 | |
| Итого: | | 38 | 42 | 170 | 1647 | |

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



16.05.2024г.

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 ОГУРЦОВ | 60 | 0 | 6 | 1 | 62 | 19 |
| ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ | 90 | 11 | 7 | 3 | 139 | 261 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5 | 5 | 35 | 204 | 309 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0 | 0 | 32 | 132 | 389 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 0 | 12 | 64 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 530 | 18 | 18 | 83 | 600 | |

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 | | | | | | |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 80 | 6 | 5 | 7 | 55 | 15 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 0 | 3 | 2 | 205 | 189 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 4 | 5 | 38 | 65 | 430 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 15 | 47 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0 | 17 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 19 | 18 | 89 | 595 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 60 | 0 | 6 | 1 | 62 | 19 |
| СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ | 200 | 7 | 7 | 10 | 125 | 94 |
| ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ | 90 | 11 | 7 | 3 | 139 | 261 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5 | 5 | 35 | 204 | 309 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1 | 0 | 32 | 132 | 389 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 64 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 730 | 26 | 26 | 94 | 741 | |
| Всего за день: | | 45 | 44 | 183 | 1332 | |

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



16.05.2024г.

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 ОГУРЦОВ | 100 | 1 | 10 | 2 | 103 | 19 |
| ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 100 | 13 | 9 | 5 | 178 | 261 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 7 | 6 | 41 | 244 | 309 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1 | 0 | 32 | 132 | 389 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 1 | 17 | 85 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 620 | 25 | 26 | 97 | 742 | |

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 | | | | | | |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 90 | 6 | 6 | 8 | 114 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 4 | 6 | 45 | 247 | 323 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 15 | 62 | 377 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 750 | 21 | 21 | 101 | 683 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 1 | 10 | 2 | 103 | 19 |
| СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ | 250 | 9 | 5 | 12 | 127 | 94 |
| ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 100 | 13 | 9 | 5 | 178 | 261 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 7 | 6 | 41 | 244 | 309 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1 | 0 | 32 | 132 | 389 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 1 | 17 | 85 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 870 | 34 | 31 | 109 | 869 | |
| Итого: | | 55 | 52 | 210 | 1552 | |

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



17.05.2024г.

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 | | |
| СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 60 | 6 | 9 | 2 | 107 | 60 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 90 | 6 | 6 | 8 | 114 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 150 | 4 | 4 | 38 | 202 | 326 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 12 | 64 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 760 | 26 | 28 | 104 | 768 | |

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 | | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В СОУСЕ | 90 | 5 | 9 | 7 | 127 | 306 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3 | 5 | 20 | 141 | 335 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ЯБЛОКО | 120 | 1 | 1 | 12 | 56 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 1 | 17 | 88 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 800 | 18 | 21 | 82 | 592 | |
| обед | | | | | | |
| СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 60 | 6 | 9 | 2 | 107 | 60 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 200 | 1 | 4 | 9 | 77 | 99 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 90 | 6 | 6 | 8 | 114 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 150 | 4 | 4 | 38 | 202 | 326 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 64 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 760 | 21 | 27 | 104 | 732 | |
| Итого: | | 39 | 48 | 186 | 1324 | |

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

17.05.2024г.

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 | | |
| СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 120 | 11 | 16 | 4 | 205 | 60 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 110 | 8 | 8 | 10 | 140 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 0 | 2 | 2 | 23 | 364 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 180 | 4 | 5 | 46 | 245 | 326 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 690 | 28 | 32 | 115 | 851 | |

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 | | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В СОУСЕ | 120 | 7 | 12 | 9 | 170 | 306 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 4 | 6 | 26 | 169 | 335 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ЯБЛОКО | 120 | 1 | 1 | 12 | 56 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 12 | 64 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 11 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 850 | 20 | 25 | 86 | 639 | |
| обед | | | | | | |
| СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 120 | 11 | 16 | 4 | 205 | 60 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 250 | 2 | 5 | 11 | 92 | 99 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 110 | 8 | 8 | 10 | 140 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 0 | 2 | 2 | 23 | 364 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 180 | 4 | 5 | 46 | 245 | 326 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 32 | 131 | 402 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 1 | 17 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 930 | 29 | 37 | 122 | 943 | |
| Итого: | | 49 | 63 | 208 | 1582 | |

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



20.05.2024г.

Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------|------------------|-----------|-------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| завтрак | | | | | | | |
| 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 ОВЗ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | 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 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 | |
| Итого: | | | 45 | 59 | 240 | 1260 | |

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



20.05.2024г.

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 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 | |
| Итого: | | 54 | 51 | 222 | 1508 | |

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



21.05.2024г.

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 СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 1 | 3 | 8 | 64 | к/к |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 90 | 18 | 13 | 3 | 197 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 200 | 4 | 6 | 31 | 197 | 333 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 780 | 31 | 28 | 81 | 704 | |

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 | | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 100 | 5 | 8 | 7 | 154 | 278/1 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 170 | 4 | 5 | 44 | 237 | 326 |
| ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0 | 0 | 11 | 48 | 430/1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 0 | 12 | 64 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 11 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 17 | 18 | 85 | 616 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 1 | 3 | 8 | 64 | к/к |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 200 | 2 | 4 | 13 | 98 | 96 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 90 | 18 | 13 | 3 | 197 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 200 | 4 | 6 | 31 | 197 | 333 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 780 | 27 | 28 | 84 | 689 | |
| Итого: | | 44 | 46 | 169 | 1305 | |

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



21.05.2024г.

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 СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 100 | 2 | 5 | 14 | 107 | к/к |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 120 | 24 | 17 | 4 | 262 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 200 | 4 | 6 | 31 | 197 | 333 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 650 | 32 | 29 | 78 | 699 | |

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 | | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 120 | 6 | 9 | 9 | 185 | 278/1 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 230 | 6 | 7 | 59 | 320 | 326 |
| ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0 | 0 | 11 | 48 | 430/1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 800 | 22 | 22 | 110 | 773 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 100 | 1 | 3 | 8 | 107 | к/к |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2 | 4 | 13 | 122 | 96 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 120 | 18 | 13 | 3 | 262 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 200 | 4 | 6 | 31 | 197 | 333 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 900 | 27 | 27 | 84 | 821 | |
| Итого: | | 49 | 49 | 194 | 1594 | |

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



22.05.2024г.

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 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 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 | 170 | 8 | 8 | 43 | 271 | 207 |
| ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0 | 0 | 11 | 48 | 430/1 |
| ХЛЕБ 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0 | 17 | 85 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 740 | 29 | 23 | 87 | 672 | |
| Итого: | | 47 | 43 | 172 | 1265 | |

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



22.05.2024г.

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 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 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 1 | 17 | 85 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 870 | 33 | 28 | 98 | 770 | |
| Итого: | | 57 | 53 | 206 | 1517 | |

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



23.05.2024г.

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 СВЕКЛЫ | 60 | 1 | 4 | 5 | 56 | 33 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 30 | 7 | 6 | 8 | 114 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 150 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 90 | 4 | 5 | 38 | 206 | 323 |
| НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 24 | 103 | 441 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2 | 1 | 12 | 64 | 1/1 |
| МОЛОКО | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 770 | 22 | 24 | 99 | 693 | |

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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200 | 7 | 10 | 24 | 210,1 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ГРУША | 130 | 1 | 1 | 13 | 61 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | 1 |
| Итого за прием пищи: | 780 | 18 | 17 | 84 | 561,1 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 1 | 4 | 5 | 56 | 33 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ | 200 | 7 | 10 | 14 | 175 | 99 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 90 | 6 | 6 | 8 | 114 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 4 | 5 | 38 | 206 | 323 |
| НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 25 | 103 | 441 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 12 | 64 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 760 | 22 | 29 | 104 | 755 | |
| Итого: | | 40 | 46 | 188 | 1316,1 | |

Директор МБОУ СОШ пос. Горнореченский
Дысенко Е.А.



23.05.2024г.

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 СВЕКЛЫ | 120 | 2 | 7 | 10 | 112 | 33 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 120 | 9 | 8 | 11 | 153 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 220 | 6 | 7 | 55 | 302 | 323 |
| НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 24 | 103 | 441 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 740 | 23 | 26 | 123 | 814 | |

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 ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ | 300 | 11 | 15 | 37 | 315 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 67 | 431 |
| ГРУША | 130 | 1 | 0 | 13 | 61 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 680 | 16 | 16 | 87 | 553 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 120 | 2 | 7 | 10 | 112 | 33 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ | 250 | 8 | 12 | 18 | 213 | 99 |
| ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ | 120 | 9 | 8 | 11 | 153 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1 | 3 | 2 | 37 | 364 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 220 | 6 | 7 | 55 | 302 | 323 |
| НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1 | 0 | 24 | 103 | 441 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 990 | 31 | 38 | 141 | 1027 | |
| Итого: | | 47 | 54 | 228 | 1580 | |

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



24.05.2024г.

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 ПО-ДОМАШНЕМУ | 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 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 ПО-ДОМАШНЕМУ | 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 64 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 730 | 22 | 29 | 85 | 690 | |
| Итого: | | 43 | 60 | 139 | 1300 | |

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



24.05.2024г.

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 ПО-ДОМАШНЕМУ | 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 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 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 ПО-ДОМАШНЕМУ | 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 920 | 30 | 38 | 105 | 892 | |
| Итого: | | 52 | 59 | 211 | 1612 | |



27.05.2024г.

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 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 90 | 18 | 13 | 3 | 197 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 180 | 4 | 6 | 28 | 178 | 333 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0 | 0 | 22 | 90 | 375 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 12 | 66 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 760 | 31 | 25 | 82 | 675 | |

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 | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 200 | 0 | 8 | 0 | 75 | 14 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 5 | 8 | 28 | 205 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 100 | 0 | 0 | 16 | 65 | 430 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 1 | 17 | 52 | 1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 10 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 720 | 14 | 22 | 71 | 510 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 60 | 1 | 0 | 7 | 31 | 41 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2 | 5 | 16 | 120 | 96 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 90 | 18 | 13 | 3 | 197 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 180 | 4 | 6 | 28 | 178 | 333 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0 | 0 | 26 | 90 | 375 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 810 | 27 | 25 | 93 | 682 | |
| Итого: | | 41 | 47 | 164 | 1192 | |

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



27.05.2024г.

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 | 120 | 2 | 0 | 14 | 63 | 41 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 120 | 23 | 17 | 4 | 262 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 210 | 4 | 7 | 33 | 207 | 333 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0 | 0 | 21 | 90 | 375 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 33 | 25 | 93 | 729 | |

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 | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8 | 0 | 75 | 14 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 6 | 10 | 35 | 257 | 189 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0 | 16 | 65 | 430 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 11 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 710 | 16 | 24 | 83 | 620 | |
| обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 120 | 2 | 0 | 14 | 63 | 41 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2 | 5 | 16 | 122 | 96 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 120 | 23 | 17 | 4 | 262 | 230 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 210 | 4 | 7 | 33 | 207 | 333 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0 | 0 | 21 | 90 | 375 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 950 | 35 | 30 | 109 | 851 | |
| Итого: | | 51 | 54 | 192 | 1471 | |



28.05.2024г.

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 | |
| Итого за прием пищи: | 730 | 25 | 21 | 99 | 690 | |

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 | |
| Итого за прием пищи: | 680 | 20 | 28 | 58 | 550 | |
| 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 1 | 13 | 66 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 730 | 21 | 20 | 107 | 698 | |
| Итого: | | 41 | 48 | 165 | 1248 | |

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



28.05.2024г.

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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 630 | 24 | 20 | 108 | 717 | |

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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 110 | 1/1 |
| МОЛОКО СВЕЖЕЕ | 200 | 6 | 5 | 11 | 113 | |
| Итого за прием пищи: | 660 | 25 | 34 | 66 | 678 | |
| 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 ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1 | 21 | 107 | 1/1 |
| Итого за прием пищи: | 880 | 28 | 25 | 131 | 874 | |
| Итого: | | 53 | 57 | 197 | 1552 | |