

Директор МБОУ СОШ пос. Горноуреченский  
Пысенко Е.А.



01.12.2023г.

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 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>31</b>	<b>25</b>	<b>82</b>	<b>675</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)	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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>14</b>	<b>22</b>	<b>71</b>	<b>510</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>93</b>	<b>682</b>	
<b>Итого:</b>		<b>41</b>	<b>47</b>	<b>164</b>	<b>1192</b>	


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

01.12.2023г.

**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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>33</b>	<b>25</b>	<b>93</b>	<b>729</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>						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>16</b>	<b>24</b>	<b>83</b>	<b>620</b>	
<b>обед</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>35</b>	<b>30</b>	<b>109</b>	<b>851</b>	
<b>Итого:</b>		<b>51</b>	<b>54</b>	<b>192</b>	<b>1471</b>	





04.12.2023г.

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 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 № 1 с. Чернореченский  
Лысенко Е.А.



04.12.2023г.

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 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		
<b>завтрак</b>						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>25</b>	<b>34</b>	<b>66</b>	<b>678</b>	
<b>обед</b>						
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
<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>	



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



05.12.2023г.

### 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 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>770</b>	<b>27</b>	<b>29</b>	<b>107</b>	<b>854</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>765</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>83</b>	<b>595</b>	
обед						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-й ВАРИАНТ)	60	2	4	2	50	43
БОРЩ	250	2	3	7	66	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>21</b>	<b>24</b>	<b>96</b>	<b>741</b>	

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ «СШ №364» Горноуральский  
 Лысенко Е.А.



05.12.2023г.

**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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>24</b>	<b>30</b>	<b>108</b>	<b>863</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>						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	4	4	0	55	15
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	250	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>83</b>	<b>595</b>	
<b>обед</b>						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-й ВАРИАНТ)	100	2	4	2	83	43
БОРЩ	250	2	3	7	66	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>910</b>	<b>19</b>	<b>24</b>	<b>96</b>	<b>946</b>	



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 1 Горноуральский  
 Лысенко Е.А.



06.12.2023г.

**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 ОГУРЦОВ	60	0	6	1	62	19
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>83</b>	<b>600</b>	

**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		
<b>завтрак</b>						
ЁЖИКИ ПО-ДОМАШНЕМУ	90	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	377
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0	17	110	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>89</b>	<b>595</b>	
<b>обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0	6	1	62	19
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	200	7	7	10	125	94
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>94</b>	<b>741</b>	

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

06.12.2023г.

**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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>97</b>	<b>742</b>	

**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		
<b>завтрак</b>						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>750</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>101</b>	<b>683</b>	
<b>обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	1	10	2	103	19
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>34</b>	<b>31</b>	<b>109</b>	<b>869</b>	



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



07.12.2023г.

**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		
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>104</b>	<b>768</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	<b>82</b>	<b>592</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>21</b>	<b>27</b>	<b>104</b>	<b>732</b>	

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

07.12.2023г.

### 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		
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>690</b>	<b>28</b>	<b>32</b>	<b>115</b>	<b>851</b>	

### 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						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>20</b>	<b>25</b>	<b>86</b>	<b>639</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>930</b>	<b>29</b>	<b>37</b>	<b>122</b>	<b>943</b>	





08.12.2023г.

**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 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>29</b>	<b>21</b>	<b>105</b>	<b>657</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>	<b>18</b>	<b>34</b>	<b>138</b>	<b>582</b>	
обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	1	0	7	31	41
СУП РИСОВЫЙ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>102</b>	<b>678</b>	



08.12.2023г.

**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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>28</b>	<b>18</b>	<b>116</b>	<b>664</b>	

**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		
<b>завтрак</b>						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>98</b>	<b>677</b>	
<b>обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1	0	11	52	41
СУП РИСОВЫЙ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>33</b>	<b>30</b>	<b>124</b>	<b>831</b>	





11.12.2023г.

**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 СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>31</b>	<b>28</b>	<b>81</b>	<b>704</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>85</b>	<b>616</b>	
обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>84</b>	<b>689</b>	

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



11.12.2023г.

**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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>32</b>	<b>29</b>	<b>78</b>	<b>699</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						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>110</b>	<b>773</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>900</b>	<b>27</b>	<b>27</b>	<b>84</b>	<b>821</b>	





12.12.2023г.

**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 ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	85	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>	<b>30</b>	<b>27</b>	<b>77</b>	<b>666</b>	

**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		
<b>завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>85</b>	<b>593</b>	
<b>обед</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>	<b>29</b>	<b>23</b>	<b>87</b>	<b>672</b>	
<b>Итого:</b>		<b>47</b>	<b>43</b>	<b>172</b>	<b>1265</b>	

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



12.12.2023г.

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



Директор МБОУ СОШ пос. Горноуреченский  
 Пысенко Е.А.



13.12.2023г.

**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 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
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1	0	24	103	441
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2	1	12	64	1/1
МОЛОКО	200	6	5	10	113	1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>770</b>	<b>22</b>	<b>24</b>	<b>99</b>	<b>693</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		
<b>завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7	10	24	210	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>84</b>	<b>561</b>	
<b>обед</b>						
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
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1	0	25	103	441
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	1	12	64	1/1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>104</b>	<b>755</b>	

Директор МБОУ СОШ пос. Горноуреченский  
Лысенко Е.А.



13.12.2023г.

**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 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
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1	0	24	103	441
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	107	1/1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>	<b>23</b>	<b>26</b>	<b>123</b>	<b>814</b>	

**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		
<b>завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>87</b>	<b>553</b>	
<b>обед</b>						
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
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1	0	24	103	441
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	107	1/1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>990</b>	<b>31</b>	<b>38</b>	<b>141</b>	<b>1027</b>	



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



14.12.2023г.

**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 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>81</b>	<b>696</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		
<b>завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>54</b>	<b>610</b>	
<b>обед</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>85</b>	<b>690</b>	
<b>Итого:</b>		<b>43</b>	<b>60</b>	<b>139</b>	<b>1300</b>	

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



14.12.2023г.

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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>21</b>	<b>35</b>	<b>88</b>	<b>760</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						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>106</b>	<b>720</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>30</b>	<b>38</b>	<b>105</b>	<b>892</b>	
<b>Итого:</b>		<b>52</b>	<b>59</b>	<b>211</b>	<b>1612</b>	



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1 г. Горноуральск»  
 Горноуральский  
 Лысенко Е.А.



15.12.2023г.

**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 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>31</b>	<b>25</b>	<b>82</b>	<b>675</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)	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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>14</b>	<b>22</b>	<b>71</b>	<b>510</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>93</b>	<b>682</b>	
<b>Итого:</b>		<b>41</b>	<b>47</b>	<b>164</b>	<b>1192</b>	

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



15.12.2023г.

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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>33</b>	<b>25</b>	<b>93</b>	<b>729</b>	

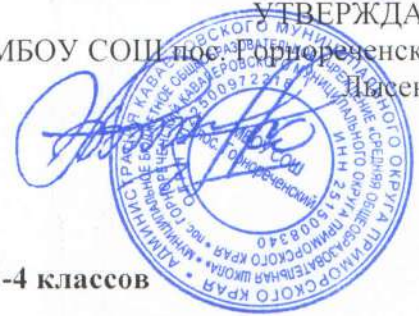
15.12.2023г.

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	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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>16</b>	<b>24</b>	<b>83</b>	<b>620</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>35</b>	<b>30</b>	<b>109</b>	<b>851</b>	
<b>Итого:</b>		<b>51</b>	<b>54</b>	<b>192</b>	<b>1471</b>	



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



18.12.2023г.

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 ОБЗ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>завтрак</b>						
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>	
<b>обед</b>						
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
<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. Горьковенский  
Иваненко Е.А.



18.12.2023г.

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 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 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	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	
<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 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>	





Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов

19.12.2023г.

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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>770</b>	<b>27</b>	<b>29</b>	<b>107</b>	<b>854</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>765</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>83</b>	<b>595</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>21</b>	<b>24</b>	<b>96</b>	<b>741</b>	
<b>Итого:</b>		<b>40</b>	<b>42</b>	<b>179</b>	<b>1336</b>	

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 10 с. Оршореченский  
 Лысенко Е.А.



19.12.2023г.

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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>24</b>	<b>30</b>	<b>108</b>	<b>863</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>83</b>	<b>701</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>910</b>	<b>19</b>	<b>24</b>	<b>96</b>	<b>946</b>	
<b>Итого:</b>		<b>38</b>	<b>42</b>	<b>170</b>	<b>1647</b>	



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 218 Орнореченский  
 Лысенко Е.А.



20.12.2023г.

**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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>83</b>	<b>600</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		
<b>завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>89</b>	<b>595</b>	
<b>обед</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>94</b>	<b>741</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>45</b>	<b>44</b>	<b>183</b>	<b>1332</b>	

Директор МБОУ СОШ пос. Горноуреченский  
Лысенко Е.А.



20.12.2023г.

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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>97</b>	<b>742</b>	

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		
<b>завтрак</b>						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>750</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>101</b>	<b>683</b>	
<b>обед</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>34</b>	<b>31</b>	<b>109</b>	<b>869</b>	
<b>Итого:</b>		<b>55</b>	<b>52</b>	<b>210</b>	<b>1552</b>	



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



21.12.2023г.

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		
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>104</b>	<b>768</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	<b>82</b>	<b>592</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>21</b>	<b>27</b>	<b>104</b>	<b>732</b>	
<b>Итого:</b>		<b>39</b>	<b>48</b>	<b>186</b>	<b>1324</b>	

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



21.12.2023г.

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		
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>690</b>	<b>28</b>	<b>32</b>	<b>115</b>	<b>851</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						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>20</b>	<b>25</b>	<b>86</b>	<b>639</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>930</b>	<b>29</b>	<b>37</b>	<b>122</b>	<b>943</b>	
<b>Итого:</b>		<b>49</b>	<b>63</b>	<b>208</b>	<b>1582</b>	



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



22.12.2023г.

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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>		<b>29</b>	<b>21</b>	<b>105</b>	<b>657</b>	

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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>		<b>18</b>	<b>34</b>	<b>138</b>	<b>582</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>		<b>27</b>	<b>25</b>	<b>102</b>	<b>678</b>	
<b>Итого:</b>			<b>45</b>	<b>59</b>	<b>240</b>	<b>1260</b>	

Директор МБОУ СОШ №1 Горноуральский



Лысенко Е.А.

22.12.2023г.

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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>28</b>	<b>18</b>	<b>116</b>	<b>664</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						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>98</b>	<b>677</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>33</b>	<b>30</b>	<b>124</b>	<b>831</b>	
<b>Итого:</b>		<b>54</b>	<b>51</b>	<b>222</b>	<b>1508</b>	



Директор МБОУ СОШ пос. Горноуральский  
Писенко Е.А.



25.12.2023г.

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 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>31</b>	<b>28</b>	<b>81</b>	<b>704</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>85</b>	<b>616</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>84</b>	<b>689</b>	
<b>Итого:</b>		<b>44</b>	<b>46</b>	<b>169</b>	<b>1305</b>	

Директор МБОУ СОШ №5 Горноуральский район  
Дысенко Е.А.



25.12.2023г.

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 СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>32</b>	<b>29</b>	<b>78</b>	<b>699</b>	

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						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>110</b>	<b>773</b>	
обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>900</b>	<b>27</b>	<b>27</b>	<b>84</b>	<b>821</b>	
		<b>49</b>	<b>49</b>	<b>194</b>	<b>1594</b>	



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



26.12.2023г.

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 ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	85	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>	<b>30</b>	<b>27</b>	<b>77</b>	<b>666</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>85</b>	<b>593</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>	<b>29</b>	<b>23</b>	<b>87</b>	<b>672</b>	
<b>Итого:</b>		<b>47</b>	<b>43</b>	<b>172</b>	<b>1265</b>	

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 1 Горнореченский  
 Лысенко Е.А.



26.12.2023г.

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 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		
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	<b>108</b>	<b>747</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>33</b>	<b>28</b>	<b>98</b>	<b>770</b>	
<b>Итого:</b>		<b>57</b>	<b>53</b>	<b>206</b>	<b>1517</b>	





28.12.2023г.

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 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>81</b>	<b>696</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						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>54</b>	<b>610</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>85</b>	<b>690</b>	
<b>Итого:</b>		<b>43</b>	<b>60</b>	<b>139</b>	<b>1300</b>	

Директор МБОУ СОШ пос. Гордюреченский  
Лысенко Е.А.



28.12.2023г.

**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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>21</b>	<b>35</b>	<b>88</b>	<b>760</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>						
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>106</b>	<b>720</b>	
<b>обед</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>30</b>	<b>38</b>	<b>105</b>	<b>892</b>	
<b>Итого:</b>		<b>52</b>	<b>59</b>	<b>211</b>	<b>1612</b>	





29.12.2023г.

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 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>31</b>	<b>25</b>	<b>82</b>	<b>675</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)	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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>14</b>	<b>22</b>	<b>71</b>	<b>510</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>93</b>	<b>682</b>	
<b>Итого:</b>		<b>41</b>	<b>47</b>	<b>164</b>	<b>1192</b>	

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



29.12.2023г.

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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>33</b>	<b>25</b>	<b>93</b>	<b>729</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	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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>16</b>	<b>24</b>	<b>83</b>	<b>620</b>	
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>35</b>	<b>30</b>	<b>109</b>	<b>851</b>	
<b>Итого:</b>		<b>51</b>	<b>54</b>	<b>192</b>	<b>1471</b>	