

Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ
 п. Николаевка
 Куприянова О.И../
 2023 г.



Ежедневное меню основного питания
 МКОУ СОШ с. Николаевка
 на «6» сентября 2023 года

ОВЗ и инвалиды (завтрак, обед)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак :						
105	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13
642	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого :	245	12,72	12,6	81,81	484,13
2 завтрак:						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	Итого:	200	5,6	5,0	9,4	104,0
3 день обед						
205	Макароны отварные с маслом	150 / 5	5,2	4,6	35,2	180,5
171	Отбивная куриная	80	14,1	3,6	0,4	168,5
227	Соус белый	20	0,2	1,8	2,1	22,3
53	Закуска (кабачковая икра)	40	1,8	0,05	4,9	55,0
392	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
1	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого :	535	24,1	11,03	68,4	545,3
	Итого за день:	980	42,42	28,63	159,61	1133,43