



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

Ежедневное меню основного питания

МКОУ СОШ с. Николаевка

на «28» 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 :						
141	Каша овсяная с маслом	200/5	6,4	8,2	28,4	204
1	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
392	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Итого:	470	73,2	20,2	61,5	481
2 завтрак						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	Итого:	200	5,6	5,0	9,4	104,0
7 день						
обед						
332	Макаронны отварные с маслом	150 / 5	5,2	4,6	35,2	180,5
171	Котлета мяснаяп/ф	80	15,0	5,0	9,5	143,75
227	Соус белый	20	0,2	1,8	2,1	22,3
145	Закуска (соленый огурец)	40	1,2	5,5	4,1	65,0
639	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
1	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого:	535	25,2	12,53	98,2	607,55
	Итого за день:	1205	104	37,73	169,1	1192,55



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

Ежедневное меню основного питания
МКОУ СОШ с. Николаевка
на «28» сентября 2023 года

1 – 4 классы (завтрак)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак :						
332	Макароны отварные с маслом	150 / 5	5,2	4,6	35,2	180,5
171	Котлета куриная п/ф	80	15,0	5,0	9,5	143,75
364	Соус белый	20	0,2	1,8	2,1	22,3
53	Закуска (кабачковая икра)	60	1,8	0,05	4,9	55,0
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого:	535	25,2	12,53	98,2	607,55
2 завтрак :						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	Итого:	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	Итого за день :	755	30,8	17,53	107,6	711,55

5 – 11 классы льготная категория (завтрак)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак :						
332	Макароны отварные с маслом	180 / 5	5,2	4,6	35,2	180,5
171	Котлета куриная п/ф	80	15,0	5,0	9,5	143,75
364	Соус белый	30	0,3	2,8	3,1	22,3
53	Закуска (икра кабачковая ж/б)	60	1,8	8,8	7,7	119,0
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого:	585	25,2	21,28	101	671,55