



Утверждаю  
 Директор МКОУ СОШ  
 п. Николаевка  
 Жуприянова О.И./  
 2024 г.

Ежедневное меню основного питания  
 МКОУ СОШ с. Николаевка  
 на «1» февраля 2024 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
<b>Завтрак :</b>						
332	Макароны отварные с маслом	150 / 5	5,2	4,6	35,2	180,5
171	Котлета куриная п/ф	100	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	2,8	10,8	8,7	143,0
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
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>26,2</b>	<b>23,28</b>	<b>102</b>	<b>695,55</b>
<b>2 завтрак :</b>						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>5,6</b>	<b>5,0</b>	<b>9,4</b>	<b>104,0</b>
	<b>Итого за день :</b>	<b>775</b>	<b>31,8</b>	<b>28,28</b>	<b>107,6</b>	<b>799,55</b>

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
<b>Завтрак :</b>						
332	Макароны отварные с маслом	180 / 5	5,2	4,6	35,2	180,5
171	Котлета куриная п/ф	100	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	2,8	10,8	8,7	143,0
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
	<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>26,3</b>	<b>24,28</b>	<b>103</b>	<b>695,55</b>

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
<b>Завтрак :</b>						
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
	<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>73,2</b>	<b>20,2</b>	<b>61,5</b>	<b>481</b>
<b>7 день обед</b>						
332	Макароны отварные с маслом	150 / 5	5,2	4,6	35,2	180,5
171	Котлета куриная п/ф	100	15,0	5,0	9,5	143,75
227	Соус белый	20	0,2	1,8	2,1	22,3
53	Закуска (икра кабачковая ж/б)	60	2,8	10,8	8,7	143,0
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
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>26,2</b>	<b>23,28</b>	<b>102</b>	<b>695,55</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1020</b>	<b>99,4</b>	<b>43,48</b>	<b>163,5</b>	<b>1176,55</b>