



Утверждаю  
И.о. директора МКОУ СОШ  
п. Николаевка  
/Ляпустина Д.Д./  
2023 г.

Ежедневное меню основного питания  
МКОУ СОШ с. Николаевка  
на «11» сентябрь 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
<b>Завтрак :</b>						
430	Вареники п/ф с маслом	230 / 5	6,15	8,1	41,30	390,0
342	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40 /10 /15	9,2	12,0	24,0	242,0
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	<b>Итого :</b>	<b>500</b>	<b>15,45</b>	<b>20,1</b>	<b>74,4</b>	<b>667,00</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>800</b>	<b>24,45</b>	<b>25,5</b>	<b>93,6</b>	<b>815,00</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>						
293	Вареники п/ ф с маслом	250 / 5	7,15	9,1	42,30	491,2
342	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40 /10 /15	9,2	12,0	24,0	242,0
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	<b>Итого :</b>	<b>520</b>	<b>16,45</b>	<b>21,1</b>	<b>75,4</b>	<b>768,2</b>