



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

Ежедневное меню основного питания  
МКОУ СОШ с. Николаевка  
на «12» *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
<b>Завтрак :</b>						
171	Котлета куриная п/ф	90	15,0	5,0	9,5	143,75
216	Пюре картофельное	150	3,5	6,4	25,1	152,1
364	Соус томатный	20	0,2	1,8	2,1	22,3
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
15	Закуска (зеленый горошек с луком)	60	1,8	0,05	4,9	55,0
255	Какао на молоке	200	3,1	3,1	17,9	111,0
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>26,3</b>	<b>17,33</b>	<b>76,2</b>	<b>568,15</b>
<b>2завтрак:</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>730</b>	<b>31,9</b>	<b>22,33</b>	<b>85,6</b>	<b>672,15</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>						
171	Котлета куриная п/ф	90	15,0	5,0	9,5	143,75
216	Пюре картофельное	180	3,5	6,4	25,1	152,1
364	Соус томатный	20	0,2	1,8	2,1	22,3
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
15	Закуска (зеленый горошек с луком)	60	1,8	0,05	4,9	55,0
255	Какао на молоке	200	3,1	3,1	17,9	111,0
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>26,3</b>	<b>17,33</b>	<b>76,2</b>	<b>568,15</b>