

Утверждаю
И.о. директора МКОУ СОШ
п. Николаевка
Ляпустиной Д.Д.
« » 2023 г.

Ежедневное меню основного питания
МКОУ СОШ с. Николаевка
на «15» *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 :						
259	Жаркое по-домашнему	230	25,4	26,5	22,3	460,0
145	Закуска (солёный огурец)	40	1,2	5,5	4,1	65,0
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
	Груша свежая	100	3,5	9	33	230
	Итого:	510	29,6	33,08	72,9	731
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 :	710	35,2	38,08	82,3	835,0

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 :						
259	Жаркое по-домашнему	250	30,9	32	27,8	466,0
145	Закуска (солёный огурец)	50	1,2	5,5	4,1	65,0
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
	Груша свежая	100	3,5	9	33	230
	Итого за день :	540	35,0	38,68	78,4	737