



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

Ежедневное меню основного питания  
МКОУ СОШ с. Николаевка  
на «20» 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>						
332	Макаронны отварные с маслом	150 / 5	5,2	4,6	35,2	180,5
171	Отбивная куриная	100	14,1	3,6	0,4	168,5
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
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	<b>Итого :</b>	<b>535</b>	<b>24,1</b>	<b>11,03</b>	<b>68,4</b>	<b>545,3</b>
<b>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>735</b>	<b>29,7</b>	<b>16,03</b>	<b>77,8</b>	<b>649,3</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	Макаронны отварные с маслом	180 / 5	6,2	5,6	42,2	216,5
171	Отбивная куриная	100	14,1	3,6	0,4	168,5
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
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	<b>Итого :</b>	<b>575</b>	<b>25,1</b>	<b>12,03</b>	<b>75,4</b>	<b>581,3</b>