



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

Ежедневное меню основного питания
МКОУ СОШ с. Николаевка
на «22» *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 :						
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	<i>Кисель</i>	200	3,1	3,1	17,9	111,0
	Яблоки свежие	100	3,5	9	33	230
	Итого:	630	26,3	17,33	76,2	568,15
2завтрак:						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	Итого:	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	Итого за день:	830	31,9	22,33	85,6	672,15

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 :						
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	<i>Кисель</i>	200	3,1	3,1	17,9	111,0
	Яблоки свежие	100	3,5	9	33	230
	Итого:	630	26,3	17,33	76,2	568,15