



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ
 п. Николаевка
 /Куприянова О.И./
 2024 г.

Ежедневное меню основного питания
 МБОУ СОШ с. Николаевка
 на «3» сентябрь 2024 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 :						
342	Плов с мясом	230	21,3	28,8	38,1	440,0
15	Закуска (кукуруза консервир)	60	1,8	0,05	4,9	55,0
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
	Итого :	530	26,1	29,93	89,5	701,0
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 :	730	28,0	30,22	90,28	809,2

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 :						
342	Плов с мясом	250	22,3	30,8	40,1	495,0
15	Закуска (кукуруза консервир)	60	1,8	0,05	4,9	55,0
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
	Итого :	550	27,1	31,93	91,5	756,0

ОВЗ и инвалиды (завтрак, обед)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак :						
93	Каша молочная вермишелевая	200	6,53	7,03	38,78	244,92
	Хлеб пшеничный	60	2,7	0,98	16,7	84,0
392	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Итого:	460	9,33	8,01	64,58	363,92
9 день обед						
704	Плов с мясом	230	21,3	28,8	38,1	440,0
12	Закуска (кукуруза консервир)	60	1,8	0,05	4,9	55,0
639	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого :	530	26,1	29,93	89,5	701,0
	Итого за день:	990	41,23	30,34	150,18	1036,07