

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



Ежедневное меню основного питания
 МБОУ СОШ с. Николаевка
 на «12» сентября 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 : | | | | | | |
| 332 | Макароны 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 |
| | Итого : | 535 | 24,1 | 11,03 | 68,4 | 545,3 |
| завтрак: | | | | | | |
| | Молоко | 200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
| | Итого: | 200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
| | Итого за день : | 735 | 29,7 | 16,03 | 77,8 | 649,3 |

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 : | | | | | | |
| 332 | Макароны 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 | 30 | 0,5 | 1,9 | 2,4 | 23,3 |
| 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 |
| | Итого : | 575 | 25,1 | 12,03 | 75,4 | 581,3 |

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 : | | | | | | |
| 105 | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 200/5 | 5,12 | 6,62 | 32,61 | 210,13 |
| 642 | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5,0 | 32,5 | 190,0 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| | Итого : | 245 | 12,72 | 12,6 | 81,81 | 484,13 |
| 3 день обед | | | | | | |
| 205 | Макароны отварные с маслом | 150 / 5 | 5,2 | 4,6 | 35,2 | 180,5 |
| 171 | Отбивная куриная | 80 | 14,1 | 3,6 | 0,4 | 168,5 |
| 227 | Соус белый | 20 | 0,2 | 1,8 | 2,1 | 22,3 |
| 53 | Закуска (кабачковая икра) | 40 | 1,8 | 0,05 | 4,9 | 55,0 |
| 392 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 9,1 | 35,0 |
| 1 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| | Итого : | 535 | 24,1 | 11,03 | 68,4 | 545,3 |
| | Итого за день: | 980 | 42,42 | 28,63 | 159,61 | 1133,43 |