

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



Ежедневное меню основного питания
 МБОУ СОШ с. Николаевка
 на «2» сентя 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