

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



Ежедневное меню основного питания  
 МБОУ СОШ с. Николаевка  
 на «17» мар 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
<b>Завтрак :</b>						
196	Каша гречневая	150	8,5	6,4	44,0	251,4
204	Тефтеля мясная	100	9,9	13,1	9,3	172,0
364	Соус томатный	20	0,2	1,8	2,1	22,3
15	Закуска (соленый огурец с луком)	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	0,95	16,7	84,0
	<b>Итого :</b>	<b>530</b>	<b>23,40</b>	<b>22,4</b>	<b>106,8</b>	<b>706,7</b>
<b>2 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>730</b>	<b>29,0</b>	<b>27,4</b>	<b>116,2</b>	<b>810,7</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>						
196	Каша гречневая	180	9,5	7,4	45,0	252,4
204	Тефтеля мясная	100	9,9	13,1	9,3	172,0
364	Соус томатный	30	0,2	1,8	2,1	22,3
15	Закуска (соленый огурец с луком)	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	0,95	16,7	84,0
	<b>Итого :</b>	<b>570</b>	<b>24,40</b>	<b>23,4</b>	<b>107,8</b>	<b>707,7</b>

1-4 класс 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
<b>Завтрак :</b>						
96	Каша манная молочная с маслом сливочным	200/5	8,5	6,4	44,0	251,4
639	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,95	16,7	84,0
<b>Обед:</b>						
196	Каша гречневая	150	8,5	6,4	44,0	251,4
285	Тефтеля мясная	100	9,9	13,1	9,3	172,0
364	Соус томатный	30	0,2	1,8	2,1	22,3
15	Закуска (соленый огурец с луком)	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	0,95	16,7	84,0
	<b>Итого :</b>	<b>530</b>	<b>23,40</b>	<b>22,4</b>	<b>106,8</b>	<b>706,7</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1175</b>	<b>40,5</b>	<b>34,85</b>	<b>206,7</b>	<b>1268,1</b>