



Утверждаю  
 Директор МБОУ «СОШ»  
 п. Николаевка ПМО  
 /Куприянова О.И./  
 « 7 » \_\_\_\_\_ 2024 г.

Ежедневное меню основного питания  
 МБОУ «СОШ» п. Николаевка ПМО  
 на «7» ноября 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	18	243,7
204	Тефтеля мясная	100	4,8	6,85	11	172,0
364	Соус томатный	20	0	1,8	2,1	22,3
15	Закуска (соленый огурец с луком)	60	0	0	2	11
255	Компот из с/ф	200	0	0	28	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,95	17	104
	<b>Итого :</b>	<b>570</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>78</b>	<b>675</b>
<b>2 завтрак</b>						
	Молоко	200	6	5,0	10	104,0
	<b>Итого:</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>5,0</b>	<b>10</b>	<b>104,0</b>
	<b>Итого за день :</b>	<b>770</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>88</b>	<b>779</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 ОБЗ 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	18	243,7
285	Тефтеля мясная	100	4,8	6,85	11	172,0
364	Соус томатный	20	0	1,8	2,1	22,3
15	Закуска (соленый огурец с луком)	60	0	0	2	11
639	Компот из с/ф	200	0	0	28	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,95	17	104
	<b>Итого :</b>	<b>570</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>78</b>	<b>675</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1015</b>	<b>27,5</b>	<b>23,45</b>	<b>168</b>	<b>1132,4</b>