

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



Ежедневное меню основного питания
 МБОУ «СОШ» п. Николаевка ПМО
 на «21» 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
Завтрак :						
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
	Итого :	570	16	16	78	675
2 завтрак						
	Молоко	200	6	5,0	10	104,0
	Итого:	6	6	5,0	10	104,0
	Итого за день :	770	22	21	88	779

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 :						
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
	Итого :	570	24,40	23,4	107,8	707,7

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
Завтрак :						
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
Обед:						
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
	Итого :	570	16	16	78	675
	Итого за день:	1015	27,5	23,45	168	1132,4