

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ  
 п. Николаевка  
 Куприянова О.И./  
 2025 г.



Ежедневное меню основного питания  
 МБОУ СОШ с. Николаевка  
 на «5» марта 2025 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>						
259	Жаркое по-домашнему	230	25,4	26,5	22,3	460,0
145	Закуска (солёный огурец)	60	1,2	5,5	4,1	65,0
255	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>29,6</b>	<b>33,08</b>	<b>72,9</b>	<b>731</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>35,2</b>	<b>38,08</b>	<b>82,3</b>	<b>835,0</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>						
259	Жаркое по-домашнему	250	30,9	32	27,8	466,0
145	Закуска (солёный огурец)	60	1,2	5,5	4,1	65,0
255	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	<b>Итого за день :</b>	<b>550</b>	<b>35,0</b>	<b>38,68</b>	<b>78,4</b>	<b>737</b>

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>						
311	Каша молочная кукурузная с малом	200/5	6,8	17	32	308
639	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
1	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,95	16,7	84,0
	<b>Итого :</b>	<b>445</b>	<b>9,8</b>	<b>18,05</b>	<b>78,5</b>	<b>514</b>
<b>8 день обед</b>						
259	Жаркое по-домашнему	230	25,4	26,5	22,3	460,0
145	Закуска (солёный огурец)	60	1,2	5,5	4,1	65,0
639	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	29,8	122,0
1	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	<b>Итого за день :</b>	<b>530</b>	<b>29,6</b>	<b>33,08</b>	<b>72,9</b>	<b>731</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>975</b>	<b>45</b>	<b>56,13</b>	<b>160,8</b>	<b>1349</b>