



меню на 3.03.2025г
для обучающихся от 7 до 11 лет

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 1 понедельник						
Завтрак						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	30	0.8	3	3.1	42.9
54-1г	Макароны отварные	150	5.3	4.9	32.8	196.8
54-4м	Котлета из говядины	50	9.1	8.7	8.2	147.6
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
Итого за Завтрак		680	20	17.2	93.4	610.1
Итого за день		680	20	17.2	93.4	610.1

меню для обучающихся от 7 до 18 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

Завтрак						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	30	0.8	3	3.1	42.9
54-1г	Макароны отварные	150	5.3	4.9	32.8	196.8
54-4м	Котлета из говядины	50	9.1	8.7	8.2	147.6
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Печенье	40	3	3.9	29.8	166.3
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
Итого за Завтрак		720	23	21.1	123.2	776.4
Итого за день		720	23	21.1	123.2	776.4

меню для обучающихся от 12 до 18 лет МОБУ "Угольная СОШ"

Завтрак						
54-1г	Макароны отварные	200	7.1	6.6	43.7	262.4
54-25м	Курица тушеная с морковью	50	7.1	2.9	2.2	63.2
54-45гн	Чай с сахаром	200	0.1	0	5.2	21.4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Итого за Завтрак		480	16.6	9.7	65.9	417.3
Итого за день		480	16.6	9.7	65.9	417.3

Утверждаю
Директор МОБУ «Угольная СОШ»
Есипчугова О.Н.



меню на 3.03.2025г
для обучающихся от 12 до 18 лет
за счет родительской платы

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 понедельник					
	Завтрак					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	30	0.8	3	3.1	42.9
54-1г	Макароны отварные	150	5.3	4.9	32.8	196.8
54-4м	Котлета из говядины	50	9.1	8.7	8.2	147.6
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
	Итого за Завтрак	680	20	17.2	93.4	610.1
	Итого за день	680	20	17.2	93.4	610.1