



**меню на 4.03.2025г
 для обучающихся от 7 до 11 лет**

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 вторник					
	Завтрак					
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0.5	6.1	4.3	74.3
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15.3	14.7	38.6	348.2
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0.1	0	14	56.8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5
	Итого за Завтрак	600	20.2	21.7	95.6	659.8
	Итого за день	600	20.2	21.7	95.6	659.8

меню для обучающихся от 7 до 18 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

Завтрак						
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0.5	6.1	4.3	74.3
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15.3	14.7	38.6	348.2
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0.1	0	14	56.8
Пром.	Вафли с жиросодержащими	40	1.6	12.2	25	216.4
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5
	Итого за Завтрак	640	21.8	33.9	120.6	876.2
	Итого за день	640	21.8	33.9	120.6	876.2

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

Завтрак						
54-12м	Плов с курицей	200	27.2	8.1	33.2	314.6
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0.1	0	14	56.8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	430	29.6	8.3	62	441.7
	Итого за день	430	29.6	8.3	62	441.7

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



меню на 4.03.2025г
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 вторник					
	Завтрак					
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0.5	6.1	4.3	74.3
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15.3	14.7	38.6	348.2
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0.1	0	14	56.8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5
	Итого за Завтрак	600	20.2	21.7	95.6	659.8
	Итого за день	600	20.2	21.7	95.6	659.8