

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



**меню на 14.03.2025г
 для обучающихся от 7 до 11 лет**

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 2 пятница						
Завтрак						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	80	2	8.1	8.3	114.4
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	200	24.8	6.2	17.6	225.6
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0.2	0.2	11	46.7
Пром.	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	35
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Итого за Завтрак		660	38.4	24	67.1	638.6
Итого за день		660	38.4	24	67.1	638.6

меню для обучающихся от 7 до 18 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-7з	Салат из белокочанной капусты	80	2	8.1	8.3	114.4
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	200	24.8	6.2	17.6	225.6
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0.2	0.2	11	46.7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Пром.	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	35
Пром.	Вафли с жиросодержащими	40	1.6	12.2	25	216.4
Итого за Завтрак		700	40	36.2	92.1	855
Итого за день		700	40	36.2	92.1	855

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

Завтрак						
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	200	24.8	6.2	17.6	225.6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Итого за Завтрак		430	27.6	6.4	52.2	376.9
Итого за день		430	27.6	6.4	52.2	376.9

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



**меню на 14.03.2025г
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 2 пятница					
	Завтрак					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	80	2	8.1	8.3	114.4
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	200	24.8	6.2	17.6	225.6
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0.2	0.2	11	46.7
Пром.	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	35
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	660	38.4	24	67.1	638.6
	Итого за день	660	38.4	24	67.1	638.6