

**меню на 14.05.2025г
для обучающихся от 7 до 11 лет**



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 среда					
	Завтрак					
54-10з	Салат из капусты с овощами	60	1.7	4	1.7	50
54-21г	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
54-3м	Голубцы ленивые	80	6.8	6.1	5.1	102.6
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
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6
	Итого за Завтрак	690	27.7	12.4	97.8	614.4
	Итого за день	690	27.7	12.4	97.8	614.4

меню для обучающихся от 7 до 18 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

	Завтрак					
54-10з	Салат из капусты с овощами	60	1.7	4	1.7	50
54-21г	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
54-3м	Голубцы ленивые	80	6.8	6.1	5.1	102.6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
Пром.	Вафли с жиросодержащими	40	1.6	12.2	25	216.4
Пром.	Яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6
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
	Итого за Завтрак	730	29.3	24.6	122.8	830.8
	Итого за день	730	29.3	24.6	122.8	830.8

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

	Завтрак					
54-21г	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
54-25м	Курица тушеная с морковью	50	7.1	2.9	2.2	63.2
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	24.4	4.4	70.6	419.3
	Итого за день	430	24.4	4.4	70.6	419.3

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



**меню на 14.05.2025г
 для обучающихся от 12 до 18 лет
 за счет родительской платы**

№ рецептуры	Название блюда	Масса г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность ккал
	Неделя 2 среда					
	Завтрак					
54-10з	Салат из капусты с овощами	60	1.7	4	1.7	50
54-21г	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
54-3м	Голубцы ленивые	80	6.8	6.1	5.1	102.6
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
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6
	Итого за Завтрак	690	27.7	12.4	97.8	614.4
	Итого за день	690	27.7	12.4	97.8	614.4