



**меню на 19.05.2025г
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 19.05.2025г
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