

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



**меню на 21.02.2025г
 для обучающихся от 7 до 11 лет**

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 пятница					
	Завтрак					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с	60	1	6.1	5.8	81.5
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	190	10.4	8	45.5	296
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	40	4.9	4	2.9	67.1
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.	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	35
	Итого за Завтрак	640	21.2	18.7	104.2	670
	Итого за день	640	21.2	18.7	104.2	670

меню для обучающихся от 7 до 18 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

Завтрак						
54-8з	Салат из белокочанной капусты с	60	1	6.1	5.8	81.5
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	190	10.4	8	45.5	296
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	40	4.9	4	2.9	67.1
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
Пром.	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	35
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
	Итого за Завтрак	680	24.2	22.6	134	836.3
	Итого за день	680	24.2	22.6	134	836.3

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

Завтрак						
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.2	6.3	35.9	233.7
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	18.1	9.4	72.7	448.2
	Итого за день	430	18.1	9.4	72.7	448.2

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



меню на 21.02.2025г
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 пятница					
	Завтрак					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с	60	1	6.1	5.8	81.5
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	190	10.4	8	45.5	296
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	40	4.9	4	2.9	67.1
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.	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	35
	Итого за Завтрак	640	21.2	18.7	104.2	670
	Итого за день	640	21.2	18.7	104.2	670