

**меню на 24.04.2025г
для обучающихся от 7 до 11 лет**

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 четверг					
	Завтрак					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0.8	2.7	4.6	45.7
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5.9	7	40.7	249.5
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9.7	5.2	4.4	103.1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	780	21.2	15.6	99.2	622.2
	Итого за день	780	21.2	15.6	99.2	622.2

меню для обучающихся от 7 до 18 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

	Завтрак					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0.8	2.7	4.6	45.7
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5.9	7	40.7	249.5
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9.7	5.2	4.4	103.1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
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
Пром.	Вафли с жиросодержащими	40	1.6	12.2	25	216.4
	Итого за Завтрак	820	22.8	27.8	124.2	838.6
	Итого за день	820	22.8	27.8	124.2	838.6

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

	Завтрак					
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5.9	7	40.7	249.5
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами	40	5.5	3	2.5	58.9
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
	Итого за Завтрак	440	11.6	10	49.6	335.2
	Итого за день	440	11.6	10	49.6	335.2

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



**меню на 24.04.2025г
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 четверг					
	Завтрак					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0.8	2.7	4.6	45.7
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5.9	7	40.7	249.5
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9.7	5.2	4.4	103.1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	Итого за Завтрак	780	21.2	15.6	99.2	622.2
	Итого за день	780	21.2	15.6	99.2	622.2