

**меню на 25.03.2025г
для обучающихся от 7 до 11 лет**



№ рецептуры	Название блюда	Масса г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность ккал
	Неделя 2 вторник					
	Завтрак					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0.8	2.7	4.6	45.7
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-22м	Рагу из курицы	230	24.1	8.1	20.2	250
54-1гн	Чай без сахара	200	0.2	0	0.1	1.4
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.	Банан	150	2.3	0.8	31.5	141.8
	Итого за Завтрак	720	38	20.9	79.1	655.8
	Итого за день	720	38	20.9	79.1	655.8

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
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-22м	Рагу из курицы	230	24.1	8.1	20.2	250
54-1гн	Чай без сахара	200	0.2	0	0.1	1.4
Пром.	Печенье	40	3	3.9	29.8	166.3
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.	Банан	150	2.3	0.8	31.5	141.8
	Итого за Завтрак	760	41	24.8	108.9	822.1
	Итого за день	760	41	24.8	108.9	822.1

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

	Завтрак					
54-22м	Рагу из курицы	200	21	7	17.5	217.3
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
	Итого за Завтрак	430	23.5	7.2	38.7	314.4
	Итого за день	430	23.5	7.2	38.7	314.4

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



**меню на 25.03.2025г
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 вторник					
	Завтрак					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0.8	2.7	4.6	45.7
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-22м	Рагу из курицы	230	24.1	8.1	20.2	250
54-1гн	Чай без сахара	200	0.2	0	0.1	1.4
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.	Банан	150	2.3	0.8	31.5	141.8
	Итого за Завтрак	720	38	20.9	79.1	655.8
	Итого за день	720	38	20.9	79.1	655.8