



**МКОУ «Нижнегнутовская СШ»**  
**Меню на 17 сентября 2025 г.**  
**Завтрак первая неделя третий день**

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Б	Ж	У	Б	Ж	У	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
			Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет			
<i>Салат из квашеной капусты</i>	100	100	1,6	5	5,4	1,6	5	5,4	73		81
<i>Биточки из мяса птицы</i>	100	100	19,2	4,9	11,1	19,2	4,9	11,1	165		ТТК 184
<i>Пюре картофельное</i>	180	180	3,3	5,4	22,8	3,3	5,4	22,8	153		694
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	200	200	0,5	0,2	15,1	0,5	0,2	15,1	57		944
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4,9	0,8	21,7	4,9	0,8	21,7	114		ТТК 183
<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>640</b>	<b>29,5</b>	<b>16,3</b>	<b>76,1</b>	<b>29,5</b>	<b>16,3</b>	<b>76,1</b>	<b>562</b>		

**Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)**

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Б	Ж	У	Б	Ж	У	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
			Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет			
<i>Фрукты свежие</i>	140	140	0,6	0,6	13,7	0,6	0,6	13,7	62	62	<b>847</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>780</b>	<b>780</b>	<b>30,1</b>	<b>16,9</b>	<b>89,8</b>	<b>30,1</b>	<b>16,9</b>	<b>89,8</b>	<b>624</b>	<b>624</b>	