

Организация осуществляющая питание:  
И.П. Юмагулова Я.С.

Утверждаю:  
Директор Гладкова Т.А.



МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 08 октября 2025 г.  
Завтрак вторая неделя третий день

| Наименование блюда         | Масса порции, г. |                   | Пищевые вещества, г |                  |                  |                   |                   |                   |                  | Калорийность, ккал. |         | № рецепта |
|----------------------------|------------------|-------------------|---------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|------------------|---------------------|---------|-----------|
|                            |                  |                   | Б                   |                  |                  | Ж                 |                   |                   |                  |                     |         |           |
|                            | 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 | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет   |         |           |
| Салат овощной Свежесть     | 100              | 100               | 1.5                 | 7.1              | 5.2              | 1.5               | 7.1               | 5.2               | 91               | 91                  | ТТК 56  |           |
| Филе кур, тушенное в соусе | 110              | 110               | 21                  | 9.5              | 7.8              | 21                | 9.5               | 7.8               | 201              | 201                 | 643     |           |
| Пюре картофельное          | 180              | 180               | 3.3                 | 5.4              | 22.8             | 3.3               | 5.4               | 22.8              | 153              | 153                 | 694     |           |
| Компот из сухофруктов      | 200              | 200               | 0                   | 0                | 15               | 0                 | 0                 | 15                | 60               | 60                  | 868     |           |
| Хлеб пшеничный в/с         | 60               | 60                | 4.9                 | 0.8              | 21.7             | 4.9               | 0.8               | 21.7              | 114              | 114                 | ТТК 183 |           |
| Итого:                     | 650              | 650               | 30.7                | 22.8             | 72.5             | 30.7              | 22.8              | 72.5              | 619              | 619                 |         |           |

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

| Наименование блюда | Масса порции, г. |                   | Пищевые вещества, г |                  |                  |                   |                   |                   | Калорийность, ккал. |                   | № рецепта |
|--------------------|------------------|-------------------|---------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|-------------------|-----------|
|                    |                  |                   | 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 | Возраст 7-11 лет    | Возраст 12-18 лет |           |
| Фрукты свежие      | 140              | 140               | 0.6                 | 0.6              | 13.7             | 0.6               | 0.6               | 13.7              | 62                  | 62                | 847       |
|                    | 790              | 790               | 31.3                | 23.4             | 86.2             | 31.3              | 23.4              | 86.2              | 681                 | 681               |           |