



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



Утверждаю:
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ «Нижнегнатовская СШ»
Меню на 13 октября 2025 г.
Завтрак первая неделя первый день

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		
Салат из белокочанной капусты	100	100	1.5	5.1	7.1	1.5	5.1	7.1	80	80	79	
Котлета куриная Приоскольская	100	100	15	19,6	21,8	15	19,6	21,8	323	323	ТТК 138	
Макаронные изделия отварные	180	180	6,1	6.5	37	6,1	6.5	37	231	231	688	
Чай с сахаром и лимоном	200	200	0.5	0.2	15,1	0.5	0.2	15,1	57	57	944	
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	ТТК 183	
Итого:	640	640	28	32.2	102.7	28	32.2	102.7	805	805		

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
	780	780	28.6	32.8	116.4	28.6	32.8	116.4	867	867	