



МКОУ «Нижнегнутовская СШ»
Меню на 28 ноября 2025 г.
Завтрак вторая неделя пятый 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	
<i>Салат из квашеной капусты</i>	100	100	1,6	5	5.4	1,6	5	5.4	73	73	81
<i>Биточки из мяса птицы</i>	100	100	19.2	4.9	11.1	19.2	4.9	11.1	165	165	ТТК 184
<i>Пюре картофельное</i>	180	180	3.3	5.4	22.8	3.3	5.4	22.8	153	153	694
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	200	200	0.5	0.2	15,1	0.5	0.2	15,1	57	57	944
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	ТТК 183
Итого:	640	640	29.5	16.3	76.1	29.5	16.3	76.1	562	562	

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	
<i>Фрукты свежие</i>	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847
Всего за день:	780	780	30.1	16.9	89.8	30.1	16.9	89.8	624	624	