



Организация осуществляющая  
питание: ИП Юмагулова Я.С.  
Юмагулова Я.С./



**МКОУ «Нижнегнугутовская СШ»**

**Меню на 10 декабря 2025 г.**

**Завтрак вторая 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			
<b>Салат овощной Свежесть</b>	100	100	1.5	7.1	5.2	1.5	7.1	5.2	91	91	ТТК 56
<b>Филе кур, тушенное в соусе</b>	110	110	21	9.5	7.8	21	9.5	7.8	201	201	643
<b>Пюре картофельное</b>	180	180	3.3	5.4	22.8	3.3	5.4	22.8	153	153	694
<b>Компот из сухофруктов</b>	200	200	0	0	15	0	0	15	60	60	868
<b>Хлеб пшеничный в/с</b>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	ТТК 183
<b>Итого:</b>	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	Б	Ж			
<b>Фрукты свежие</b>	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847
<b>Всего за день:</b>	790	790	31.3	23.4	86.2	31.3	23.4	86.2	681	681	