



## МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 10 апреля 2026 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	
Каша молочная манная	250	250	3.8	9.1	38.9	3.8	9.1	38.9	252	252	176
Чай с сахаром	200	200	0	0	15.0	0	0	15.0	56	56	38
Сдоба с творогом	100	100	15.8	13.2	15.6	15.8	13.2	15.6	244	244	87
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>610</b>	<b>24.5</b>	<b>23.1</b>	<b>91.2</b>	<b>24.5</b>	<b>23.1</b>	<b>91.2</b>	<b>666</b>	<b>666</b>	

### 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	
Яблоко свежее	100	100	0,4	0,4	9,8	0,4	0,4	9,8	44	44	36
	710	710	24.9	23.5	101	24.9	23.5	101	710	710	