



## МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 20 апреля 2026 г.

Завтрак вторая 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	
<b>Салат из белокочанной капусты</b>	100	100	1.5	5.1	7.1	1.5	5.1	7.1	80	80	40
<b>Котлета куриная Приоскольская</b>	100	100	15	19,6	21,8	15	19,6	21,8	323	323	138
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	180	180	8.9	8.1	42.5	8.9	8.1	42.5	279	279	43
<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	200	200	0	0	15.1	0	0	15.1	61	61	39
<b>Хлеб пшеничный в/с</b>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
<b>Итого:</b>	640	640	30.3	33.6	108.2	30.3	33.6	108.2	857	857	

### 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	
<b>Яблоко свежее</b>	100	100	0,4	0,4	9,8	0,4	0,4	9,8	44	44	36
<b>Итого:</b>	740	740	30.7	34	118	30.7	34	118	901	901	