



МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 21 апреля 2026 г.

Завтрак вторая неделя второй 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 рисовая	250	250	6,5	12,3	48,2	6,5	12,3	48,2	330	330	59
Чай с сахаром	200	200	0	0	15,0	0	0	15,0	56	56	38
Пирожок печёный с конфитюром	100	100	6,0	8,4	42,2	6,0	8,4	42,2	268	268	98
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4,9	0,8	21,7	4,9	0,8	21,7	114	114	183
Итого:	610	610	17.4	21.5	127.1	17.4	21.5	127.1	768	768	

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	17,8	21,9	136,9	17,8	21,9	136,9	812	812	