



## МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 22 апреля 2026 г.

Завтрак вторая неделя третий 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	
Салат овощной Свежесть	100	100	1.5	7.1	5.2	1.5	7.1	5.2	91	91	56
Филе кур, тушенное в соусе	110	110	21	9.5	7.8	21	9.5	7.8	201	201	27
Макаронные изделия отварные	180	180	6.1	6.5	37.0	6.1	6.5	37.0	231	231	30
Компот из вишни сушеной	200	200	0	0	16.0	0	0	16.0	64	64	281
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>650</b>	<b>650</b>	<b>33.5</b>	<b>23.9</b>	<b>87.7</b>	<b>33.5</b>	<b>23.9</b>	<b>87.7</b>	<b>701</b>	<b>701</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
	750	750	33.9	24.3	97.5	33.9	24.3	97.5	745	745	