



Утверждаю:

Директор MAOU «Нижне - Кузлинская ООШ»

Петрова Л.Н.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата.20.03.2024 (неделя 2)

Сезон: весна- лето

Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод
Сыр твердых сортов в нарезке	30	17,16	107,5	8,9	8,9	0
Йогурт 2,0%	100	13	67,6	2	2,2	6,5
Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	200	21,85	263	11,2	11,2	32,4
Какао с молоком	200	9,47	100,4	3,5	3,5	12,5
Хлеб пшеничный	50	3,15	117,2	3,8	0,4	24,6

Ежедневное меню для обучающихся 12-18 лет

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Сыр твердых сортов в нарезке	30	107,5	8,9	8,9	0
Йогурт 2,0%	100	67,6	2	2,2	6,5
Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	200	263	11,2	11,2	32,4
Какао с молоком	200	100,4	3,5	3,5	12,5
Хлеб пшеничный	50	117,2	3,8	0,4	24,6

Ежедневное меню для обучающихся 12-18 лет ОВЗ

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Сыр твердых сортов в нарезке	30	107,5	8,9	8,9	0
Йогурт 2,0%	100	67,6	2	2,2	6,5
Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	200	263	11,2	11,2	32,4
Какао с молоком	200	100,4	3,5	3,5	12,5
Хлеб пшеничный	50	117,2	3,8	0,4	24,6

Ответственный по питанию: Захарова О.М. Захарова