

Утверждаю:

Директор МАОУ «Нижне – Кузлинская ООШ»

Петрова Л.Н.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата.21.02.2024

Сезон: осень-зима

| Блюдо                                     | Выход,<br>г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углевод<br>ы |
|---|-------------|-------|--------------|-------|------|--------------|
| Сыр твердых сортов в нарезке              | 30          | 16,47 | 107,5        | 7     | 8,9  | 0            |
| Йогурт 2,0%                               | 134         | 17,5  | 67,6         | 4,9   | 2,2  | 7,1          |
| Каша вязкая из хлопьев овсяных «Геркулес» | 200         | 19,19 | 263          | 8,2   | 11,2 | 32,4         |
| Какао с молоком                           | 200         | 8,47  | 100,4        | 4,7   | 3,5  | 12,5         |
| Хлеб пшеничный                            | 50          | 3     | 117,2        | 3,8   | 0,4  | 24,6         |

Ежедневное меню для обучающихся 12-18 лет

| Блюдо                                     | Выход,<br>г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углевод<br>ы |
|---|-------------|-------|--------------|-------|------|--------------|
| Сыр твердых сортов в нарезке              | 30          | 16,47 | 107,5        | 7     | 8,9  | 0            |
| Йогурт 2,0%                               | 134         | 17,5  | 67,6         | 4,9   | 2,2  | 7,1          |
| Каша вязкая из хлопьев овсяных «Геркулес» | 200         | 19,19 | 263          | 8,2   | 11,2 | 32,4         |
| Какао с молоком                           | 200         | 8,47  | 100,4        | 4,7   | 3,5  | 12,5         |
| Хлеб пшеничный                            | 50          | 3     | 117,2        | 3,8   | 0,4  | 24,6         |

Ежедневное меню для обучающихся 12-18 лет ОВЗ

| Блюдо                                     | Выход,<br>г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|-------------|--------------|-------|------|----------|
| Сыр твердых сортов в нарезке              | 30          | 107,5        | 7     | 8,9  | 0        |
| Йогурт 2,0%                               | 134         | 67,6         | 4,9   | 2,2  | 7,1      |
| Каша вязкая из хлопьев овсяных «Геркулес» | 200         | 263          | 8,2   | 11,2 | 32,4     |
| Какао с молоком                           | 200         | 100,4        | 4,7   | 3,5  | 12,5     |
| Хлеб пшеничный                            | 50          | 117,2        | 3,8   | 0,4  | 24,6     |
| Булочка                                   |             |              |       |      |          |

Ответственный по питанию: О.М. Захарова