

Меню школьного питания на 13.01.2026г МОБУ СОШ с. Михайловка

МЕНЮ осень-зима

Рацион: Школьное меню

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Оленникова Н.А.

День: Вторник 2 неделя
Категория: 1-4 кл, ММС, ОВЗ

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
105,00	тефтели (1 вариант)	90	10,00	9,34	7,99	130,00
138	Картофельное пюре	150	3,26	5,04	22,03	146,96
414	Кофейный напиток на молоке	200	2,92	3,22	14,75	100,48
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Завтрак			21,60	19,80	108,00	723,50
Обед ОВЗ						
42	салат из белокачанной капусты с яблоками	60	1,10	2,70	5,70	55,00
43,00	свекольник	200	2,02	4,30	13,28	100,36
83,00	Котлета рыбная	90	11,21	14,36	14,40	232,4
173	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,90	39,46	245,57
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			27,9	28,8	76,6	684,7
Итого за день			49,50	48,60	184,60	1408,20

5-11 кл ММС,
Категория: ОВЗ

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
105,00	тефтели (1 вариант)	120	13,33	12,45	10,65	173,00
138	Картофельное пюре	200	4,35	6,72	29,37	195,94
414	Кофейный напиток на молоке	200	2,92	3,22	14,75	100,48
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Завтрак			24,20	22,99	87,77	621,42

Обед ОВЗ						
42	салат из белокочанной капусты с яблоками	100	1,80	4,60	9,60	91,00
43,00	свекольник	250	2,50	5,37	16,60	125,45
83,00	Котлета рыбная	120	14,95	19,15	14,40	309,9
311,00	кисель	200	0	0	24,0	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			36,4	38,9	93,6	882,0
Итого за день			65,30	68,10	228,70	1838,00

Меню школьного питания

Рацион: Школьное меню

Категория: 5-11 кл родительская плата
Стоимость

Обед						
43,00	свекольник	250	2,50	5,37	16,60	125,45
173,00	Каша гречневая	180	10,50	6,36	47,46	294,68
43,00	салат из белокочанной капусты	100	2,10	4,50	10,30	94,00
685,00	Кисель из концентрата валетек	200	0	0	24,0	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			27,90	34,94	98,54	761,13
Итого за день			43,26	54,54	182,74	1412,28