

Меню школьного питания на 22.01.2026 г МОБУ СОШ с. Михайловка

МЕНЮ осень-зима

Рацион: Школьное меню

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Оленникова Н.А.

Четверг 1 неделя

Категория: 1-4 кл. ММС, ОВЗ



№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет- ическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
131,00	плов из курицы	200	27,82	22,22	25,38	470,05
289	какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	50	3	0,5	27,5	127
17	Салат из моркови	60	0,67	3,05	9,55	69,0
Итого за Завтрак			25,00	27,30	85,55	697,25
Обед						
56,00	Борщ с капустой и картофелем	200	1,67	3,59	9,75	76,38
339,00	Котлеты из говядины	100	17,60	12,30	15,00	243,00
138	картофельное пюре	150	3,26	5,04	22,03	146,96
42	салат из белокачанной капусты с яблоками	60	1,10	2,70	5,70	55,00
639	компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,04	28,26	116,8
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			27,71	24,27	113,74	790,18
Итого за день			63,67	53,94	196,76	1592,66

5-11 кл ММС,
Категория: ОВЗ

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет- ическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
492,00	плов из курицы	220	30,60	24,44	27,92	617,05
693	какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
38,59	Салат из моркови	60	0,67	3,05	9,55	69,0
Итого за Завтрак			27,40	29,70	94,15	764,15

Обед						
110,00	Борщ с капустой и картофелем	250	2,09	4,49	12,19	95,48
93,00	Котлеты из говядины	120	21,10	14,76	18,00	291,60
520	картофельное пюре	200	4,35	6,72	29,37	195,94
42	салат из болокачанной капусты с яблоками	100	1,80	4,60	9,60	91,00
639	компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,04	28,26	116,8
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			33,42	31,21	130,42	942,86
Итого за день			58,10	72,50	222,34	1838,32

Меню школьного питания

Рацион: Школьное меню

Категория: 5-11 кл родительская плата

Стоимость

Обед						
56,00	Борщ с капустой и картофелем	250	2,09	4,49	12,19	95,48
520	картофельное пюре	200	4,35	6,72	29,37	195,94
138	салат из болокачанной капусты с яблоками	100	1,80	4,60	9,60	91,00
639	компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	30,90	123,0
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			30,70	42,80	132,80	1055,90
Итого за день			58,10	72,50	226,95	1820,05