

Меню школьного питания на 23.01.2026г МОБУ СОШ с. Михайловка

МЕНЮ осень-зима

Рацион: Школьное меню

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Оленникова Н.А.



День: Пятница 1 неделя

Категория: 1-4 кл. ММС, ОБЗ

№ 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						
311,00	Каша рисовая молочная жидкая	180 /5	5,1	7,36	27,56	242,38
686	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,03	10,22	41,63
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
366,00	Сыр (порциями)	10	2,60	2,60		35
155,02	Йогурт детский питьевой	110	3,3	3,3	5,5	65
Итого за Завтрак			14,77	13,97	76,28	536,21
Обед						
71,00	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200	7,44	9,12	8,0	144,00
205,00	Котлеты рубленые из птицы	90	19,13	10,99	14,18	234,29
332,00	Макаронные изделия отварные	150	5,49	3,98	36,29	207,91
64	салат из свеклы с растительным маслом	60	1,27	5,00	7,60	79,42
685,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			29,18	35,56	110,20	858,13
Итого за день			51,78	43,68	185,40	1394,34

5-11 кл ММС,
Категория: ОБЗ

№ 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						
181,00	Каша рисовая молочная жидкая	200 /8	5,7	8,17	30,62	269,31
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,03	10,22	41,63
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
155,02	Сыр (порциями)	10	2,60	2,68		35

155,02	Йогурт детский питьевой	110	3,3	3,3	5,5	65
Итого за Завтрак			15,34	14,78	79,34	563,14
Обед						
122,00	Суп картофельный с крупой с рыбными консервами	250	9,30	11,40	10,1	180,00
129,00	Котлеты рубленые из птицы	120	25,50	14,65	19,91	312,39
212,00	Макаронные изделия отварные	180	6,59	4,77	43,55	249,49
25	салат из свеклы с растительным маслом	100	2,12	8,00	12,70	132,36
283,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			47,19	39,44	129,22	1066,75
Итого за день			52	65,37	215,09	1677,90

Меню школьного питания

Рацион: Школьное меню

Категория: 5-11 кл родительская плата
Стоимость

Обед						
71,00	Суп картофельный с крупой с рыбными консервами	250	9,30	11,40	10,1	180,00
332,00	Макаронные изделия отварные	180	6,59	4,77	43,55	249,49
64	салат из свеклы с растительным маслом	100	2,12	8,00	12,70	132,36
685,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			37,72	50,61	136,29	1167,90
Итого за день			52,45	65,37	215,09	1677,90