

Меню школьного питания на

15.01.2026г МОБУ СОШ с. Михайловка

МЕНЮ осень-зима

Рацион: Школьное меню

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Оленникова Н.А.

Четверг 2 неделя

Категория: 1-4 кл. ММС, ОВЗ

День:

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
196,00	Каша молочная Дружба	185	5,77	7,29	32,25	217,84
289	Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,5
155,02	Сок фруктовый	200	3,3	3,3	5,5	65
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	3	0,5	27,5	127
		10	2,60	2,60		35
Итого за Завтрак				20,10	18,70	72,70
Обед						
51,00	салат из свеклы с яблоками	60	0,60	3,00	5,00	51,00
63,00	Суп картофельный с бобовыми	200	6,42	3,61	26,83	167,14
439,00	Филе грудки.припущенное с овощами	90	6,98	9,76	7,60	147,20
131,00	Картофель отварной с маслом	170	4,13	4,32	21,21	137,06
294,00	Компот из сухофруктов	200	0,48	0,04	28,26	116,84
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	3	0,5	27,5	127
Итого за Обед				37,90	24,58	126,30
Итого за день				58,00	43,28	199,00
						1454,70

5-11 кл ММС,
Категория: ОВЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
196,00	Каша молочная ДРУЖБА	200	6,23	7,88	35,86	235,5
155,02	Сок фруктовый	200	3,3	3,3	5,5	65
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	60	4	0,6	33,0	152

Итого за Завтрак			24,50	22,90	87,00	661,00
Обед ОВЗ						
34	салат из свеклы с яблоками	100	1,00	5,00	8,30	85,00
34,00	Суп картофельный с горохом	250	8,03	4,51	33,54	208,92
439,00	Филе грудки,припущенное с овощами	100	7,76	10,84	8,44	163,60
131,00	Картофель отварной с маслом	180	4,37	4,57	22,46	145,12
305,11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,04	28,26	116,84
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			50,90	36,20	160,80	1212,00
Итого за день			75,40	59,10	247,80	1873,00

Меню школьного питания

Рацион: Школьное меню

Категория: 5-11 кл родительская плата
Стоимость

Обед						
34	салат из свеклы с яблоками	100	1,00	5,00	8,30	85,00
34,00	Суп картофельный с бобовыми	250	8,03	4,51	33,54	208,92
297	Картофель отварной с маслом	180	4,37	4,57	22,46	145,12
305,11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,04	28,26	116,84
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			50,90	36,20	160,80	1212,00
Итого за день			75,40	59,10	247,80	1873,00